

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習B（器械運動） Sport Practice Training B (Instrument Movement)	1単位	必修	実技	1年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	非日常的な能力・感覚（回転感覚・空間認知力・逆さ感覚・功緻性）について体験しながら理解させ、マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動の基本的な運動の習得を目的とする。お互いに協力したり補助したりして、運動練習ができる態度を育てることを目的とする。					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	器械運動 スポーツ	学修教育目標	器械運動の特性やルールを正しく理解することができる。 各自で内容にあった目標を設定し、それぞれの種目の運動技能を身につけることができる。 安全な行動や規律ある集団行動の体得、体力の向上などに資する指導法を体得することができる。			
-------	-----------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

<ul style="list-style-type: none"> <li>保健体育科の教員免許を取得したい学生は受講すること。</li> <li>非日常的な運動であるが、運動課題の段階的な学習により、習得が困難と思われる技能も獲得が可能であることに気付いて欲しい。</li> <li>毎回の授業で実践する技を事前にインターネット等の動画等で1時間程度確認し、コツを学んでおく。</li> <li>技術定着のために毎授業後1時間程度の復習を行うこと。特に倒立静止は重要な技である。</li> </ul>						
--	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

スポーツ医学、スポーツトレーニング等、生理学的な基礎知識を習得していることが望ましい。						
---	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブブック			
授業時にプリントを配布する。			書名：技の指導のコツがすべてわかる！器械運動完ペキ指導ガイド 著者名：白石 豊、吉田 貴史 出版社：明治図書出版			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）				
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	器械運動領域で求められる技術を理解する。				◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	器械運動領域で求められる技術を実践する。				◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	チーム内でお互いにサポートをしながら、課題解決に努める。				○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	スポーツマンとして模範となる態度を身に付ける。				◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	技術段階を考慮しながら、課題達成に向け適切に活動する。				◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）				
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	スポーツマンとしての自覚、意思を明確に持つ。				◎
	② 働きかけ力	自分の役割を認識し、チーム全体で課題達成を目指す。				◎
	③ 実行力	達成目標を明確化し、確実に実行する。				◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自身の技術段階を認識し、課題を明らかにする。				◎
	② 計画力	課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する。				◎
	③ 創造力	既存の思考に囚われず、柔軟な発想で課題を解決する。				◎
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見をわかりやすく伝える。				◎
	② 傾聴力					
	③ 柔軟性					
	④ 状況把握力	自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する。				◎
	⑤ 規律性	大学生として、マナー、ルールを守り、法令順守を心がける。				◎
	⑥ ストレスコントロール力					
4. 倫理観	① 倫理性	建設的な社会観をもって、良心に恥じない行いをする。				◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			20			50			30	100
評価 の 指標	知識に関する評価		20						20	40
	技能に関する評価					30			5	35
	応用力に関する評価					10				10
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価					10			5	15
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
中・高等学校の保健体育教師として、器械運動を指導する際の示範力や指導するための知識を獲得すること。					器械運動（マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動）の技能と知識を習得する。各種目で取り扱う運動は、『学習指導要領解説保健体育編』に記載されている例示技である。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション ① 受講に際しての留意点、授業の進め方、内容について説明 ② 器械運動の特性 ③ 技の系統と予備的な運動（ゆりかご、丸太転がり、背倒立、頭倒立、ブリッジ等）	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：器械運動についてまとめる 復習：経験した運動課題のポイントをまとめる	30 30
	コメントシート			
第2回 /	マット運動（回転系）（1） ① 前転・開脚前転・伸膝前転	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：前転技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第3回 /	マット運動（回転系）（2） ① 後転・開脚後転・伸膝後転	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：後転技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第4回 /	マット運動（巧技系・回転系）（3） ① 片足平均立ち・片足正面水平立ち・倒立・倒立前転・とび前転・後転倒立・側方倒立回転	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：平均立ち技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第5回 /	マット運動（回転系）（4） ① 前方倒立回転跳び、側方倒立回転跳び	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：ほん転技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第6回 /	マット運動 演技の構築・練習・発表（実技テスト） ① 自由演技の構築 模擬発表	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技評価 課題発見	予習：連続技の組み合わせポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第7回 /	マット運動 演技構築・発表 ① 自由演技の分析	映像分析 課題発見	予習：基本技の技術ポイントをまとめる 復習：重要な技術ポイントを見出し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第8回 /	鉄棒運動（支持系、懸垂系）（1） ① 技の系統と予備的な運動（支持系の前方・後方支持回転技群、懸垂技群）	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：鉄棒の予備的な運動についてまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第9回 /	鉄棒運動（支持系）（2） ① 支持系の前方・後方支持回転技群 ② 自由演技の構築	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：支持回転技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第10回 /	鉄棒運動 演技構築・発表（3） 自由演技の発表・評価	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技評価 課題発見	予習：連続技の組み合わせポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第11回 /	鉄棒運動 演技構築・発表 ① 自由演技の分析	映像分析 課題発見	予習：基本技の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第12回 /	跳び箱運動（回転系）（1） ① 技の系統と予備的な運動（うさぎ跳び、跳び乗り・跳び下り、横跳び越し等）、開脚跳び・かかえ込み跳び・屈身跳び・開脚伸身跳び	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：跳び箱の予備的な運動についてまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第13回 /	跳び箱運動（回転系）（2） ① 台上前転・首はね跳び・頭はね跳び	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技 課題発見	予習：はね跳び技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第14回 /	跳び箱運動 演技構築・発表（3） ① 前方屈腕倒立回転跳び・側方倒立回転跳び・前方倒立回転跳び ② 切り返し系の技、回転系の技の発表・評価	ミニ講義（教室） プリントによる説明 実技評価 課題発見	予習：回転技群の技術ポイントをまとめる 復習：各自の課題を発見し、解決策を考える	30 30
	コメントシート			
第15回 /	跳び箱運動 演技の分析 ① 切り返し系の技 ② 回転系の技	演技発表 映像分析	予習：基本技の技術ポイントをまとめる 復習：発表技の技術ポイントを分析する	30 30
	コメントシート			

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習C（陸上競技） Sports Practice Training C (Track and Field)	1単位	必修	実技	1年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	スポーツの特性やルールを正しく理解する中で、自らが毎時間、内容に合った目標を設定し、自らの力で個人技能の習熟を通して高い水準の技能を身につける。さらに、スポーツに楽しく参加できるよう段階に練習する能力を養い、また、まわりの人とも協力し、的確なアドバイスを送りながら共にスキルやメンタルの向上を目指す能力や態度を養う。併せて、心身の健全な発達や健康の保持増進などについての理解を深め、安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資する指導法を体得し、目標達成のために、常に準備を怠らず創意工夫し、スポーツで培った内容を日常生活においても実践できることをねらいとしている。					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	スポーツ実践 陸上競技 安全・管理	学修教育目標	陸上競技の特性やルールを正しく理解することができる。 各自で内容に合った目標を設定し、それぞれの種目の高い水準の技能を身につけることができる。 安全な行動や規律ある集団行動の体得、体力の向上などに資する指導法を体得することができる。			
-------	-------------------------	--------	--	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

陸上競技の実践について学修する。具体的には自ら思考し、積極的な実践を行ない、陸上競技の各種目を計測する。そして計測結果を客観的に理解する。						
---	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

スポーツコーチング法（陸上競技）の理解につながる。 スポーツを行うときの心構えや安全に対する注意が理解されていること。 高等学校の体育実技で学習するレベルの陸上競技スキルが必要。						
---	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブドブック			
なし			なし			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	陸上競技の知識について理解できる。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	陸上競技について理解し実践的に行うことができる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	グループワークを実施することでコミュニケーションスキルを身につけることができる。	○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	常識・節度ある言動をすることができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	陸上競技のスキルを習得し実践指導につなげることができる。	○

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	自分がやるべきことは何かを見極め自発的に取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力	集団や組織の中でリーダーシップを発揮し、目標達成に向けた働きかけをすることができる。	○
	③ 実行力	自分に必要な目的を理解して設定し、チャレンジ精神で行動することができる。	◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	課題を明らかにするために他者の意見を積極的に求めている。	◎
	② 計画力	進捗状況や不測の事態に合わせて柔軟に計画を修正できる。	○
	③ 創造力	課題解決に向けて、新たな方法や解決策を考え出すことができる。	○
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	他者との話し合いの場面において、自分の意見を的確に伝えることができる。	○
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力	安全に実践できるための環境をつくることができる。	○
	⑤ 規律性	常識・節度ある言動をすることができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	相手の立場に立って行動することができる。	○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			30		10	50			10	100
評価 の 指標	知識に関する評価		20		5	10			10	45
	技能に関する評価		10			20				30
	応用力に関する評価					10				10
	チームワークに関する評価					5				5
	関心・意欲に関する評価				5	5				10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
陸上競技の基礎技術や戦術を充分習得し活用できる。 陸上競技の知識について充分理解し説明できる。 陸上競技の運営に必要な基本的事項について理解し学修活動で実践できる。					陸上競技の基礎技術や戦術を習得している。 陸上競技の知識についてほぼ理解している。 陸上競技の運営に必要な基本的事項について理解している。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション ・授業の進め方説明 ・受講に際しての留意点  知識、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第2回 /	短距離走 (1) ①ウォーミングアップ、快調走の方法（毎時行う） ②タイムトライアル（スタンディングスタート）（記録会の実施） ① クーリングダウン（毎時行う）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第3回 /	短距離走 (2) ①走フォーム作り ②変形ダッシュ ① クラウチングスタート技術練習  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第4回 /	短距離走 (3) ①走フォームの基本動作 ②変形ダッシュ ③タイムトライアル（クラウチングスタート）（記録会の実施）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第5回 /	ハードル走 (1) ①ハードルを用いた柔軟体操 ②ハードル基本動作（その場、歩行、ジョギング）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第6回 /	ハードル走 (2) ①柔軟体操、基本動作 ②3～5台実践  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第7回 /	ハードル走 (3) ①柔軟体操、基本動作 ②スタートからの1台目、2～3台目実践  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第8回 /	ハードル走 (4) ①計測方法の説明 ②ハードル走のタイムトライアル（記録会の実施）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第9回 /	走幅跳 (1) ①計測方法の説明 ②ハードル走のタイムトライアル（記録会の実施）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第10回 /	走幅跳 (2) ①走フォーム、跳躍種目の基本動作 ②助走練習 ③助走～踏み切り練習  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第11回 /	走幅跳 (3) ①走フォームの基本動作 ②計測方法の説明 ③走幅跳の計測（記録会の実施）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第12回 /	投擲 (1) ①投擲種目に関する諸注意 ②投げる際の保持の仕方 ③各種投げ  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第13回 /	投擲 (2) ①計測方法の説明 ②投擲実践（記録会の実施）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第14回 /	長距離走 (1) ①個人の能力にあわせたジョギング ②インターバルトレーニング実践 ③心拍数変化を測定  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40
第15回 /	陸上競技のまとめ及びリレー (1) ①ウォーミングアップ、ストレッチ、スプリントドリル復習 ②スエーデンリレー（変則リレー）  知識、技能、応用力、関心・意欲	実技、演習	実技を行なうにあたり受講学生と前週の課題についてコミュニケーションをはかる。	40

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段：英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習D（バスケットボール） Sports Practice Training D (Basketball)	1単位	選 択	実 技	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	相手との攻防の中でボールを運び、ゴールにシュートして得点を争うゴール型のゲームの特性を理解させ、個人技能としてパス、ドリブル、シュートを身につけ、集団技能としてファーストブレイク、セットオフense、マンツーマンディフェンス、ゾーンディフェンスでの役割を理解し、それらの技能をゲームで生かせる能力を身につける。 バスケットボール特有のマナーや競技規則を守り、公正・協力・責任などの社会的な態度や安全に運動をする態度について理解し、ゴール型スポーツの特性について判断できるようになる。					
--------	--	--	--	--	--	--

キーワード	ゴール型スポーツ ファンダメンタル オフense ディフェンス	学修教育目標	バスケットボールの特性や競技規則を正しく理解することができる。 各自で内容に合った目標を設定し、それぞれの種目の高い水準の技能を身につけることができる。 安全な行動や規律ある集団行動の体得、体力の向上などに資する指導法を体得することができる。			
-------	--	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

バスケットボールのオフenseについて学修する。チームプレーをスムーズに行うために、ファンダメンタルを理解し実践する。 1 on 1 でディフェンスを抜くプレーについて（ドリブルチェンジ・シュートの種類） 2 on 2 でディフェンスを抜くプレーについて（スクリーンプレー・ギブアンドゴープレー） 3 on 3 でディフェンスを抜くプレーについて（アウェースクリーンプレー・UCLAカットプレー） 5 on 5 のゲーム バスケットボールのディフェンスについて、マンツーマン、ゾーンの各ディフェンスを理解し実践する。						
---	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

スポーツ指導法D（バスケットボール）の理解につながる。 スポーツを行うときの心構えや、安全に対する注意が理解されていること。 高等学校の体育実技で学習するレベルのバスケットボールスキルが必要。						
--	--	--	--	--	--	--

教 科 書	参考書・リザーブブック
なし	書 名：バスケットボール指導教本 著者名：日本バスケットボール協会編 出版社：大修館書店

No.	学 科 教 育 目 標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	バスケットボールの知識について理解できる。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	バスケットボールのファンダメンタルを習得し、対人プレーにおいて活用することができる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	自ら積極的に仲間とコミュニケーションをとりながら学修ができる。	△
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	時間や指示を厳守し、積極的に各自のバスケットボール技術の向上に取り組むことができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	ゲームに必要な基本的事項について理解し、説明できるとともに学修活動で実践できる。バスケットボールの基礎技術や戦術を習得し、ゲームでの活用に取り組むことができる。	○

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	自分がやるべきことは何かを判断して、主体性を持って取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	目標達成に向かって粘り強く取り組むことができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	課題を明らかにするために、他者の意見を積極的に求めている。	○
	② 計画力		
	③ 創造力	複数のもの（もの、考え方、技術等）を組み合わせ、新しいものを作り出すことができる。	△
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力		
	② 傾聴力	相手の話を素直に聞くことができる。	△
	③ 柔軟性	自分の意見を持ちながら、他人の良い意見も共感を持って受け入れることができる。	○
	④ 状況把握力	自分のできること・他人ができることを的確に判断して、行動することができる。	○
	⑤ 規律性	相手に迷惑をかけないよう、最低限守らなければならないルールや約束事・マナーを理解している。	◎
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスの原因を見つけて、自分で、または他人の力を借りてでも取り除くことができる。	△
4. 倫理観	① 倫理性		

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			30			65			5	100
評価 の 指 標	知識に関する評価		20							20
	技能に関する評価		10			35				45
	応用力に関する評価					10				10
	チームワークに関する評価					5				5
	関心・意欲に関する評価					15			5	20
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>バスケットボールの基礎技術や戦術を充分習得し、活用できる。            バスケットボールの知識について充分理解し、説明できる。            バスケットボールのゲーム運営に必要な基本的事項について充分理解し、学修活動で実践できる。</p>					<p>バスケットボールの基礎技術や戦術を習得している。            バスケットボールの知識についてほぼ理解している。            バスケットボールのゲーム運営に必要な基本的事項について理解している。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。



授業計画表

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 / 第1回	オリエンテーション ①授業の進め方 ・内容について説明、受講に際しての留意点 知識、関心・意欲	講義と質疑	バスケットボールにおける種目の特性、授業運営方法、修得する技能について理解する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。 社会人基礎力事前自己評価シートを記入する。	40
第2回 / 第2回	ボールハンドリング・パス・ドリブル ①各種ボールハンドリング ②各種対人パス ③2メンパス ④トライアングルパス ⑤スクエアパス 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第3回 / 第3回	ドリブル ①その場でのドリブル（前後・左右） ②各種ドリブルドリル 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第4回 / 第4回	フットワーク、ターン、ピボットフット、リバウンド ①ストップ（ストライド・ジャンプ） ②ターン（フロントターン・バックターン） ③ボール移動ピボット ④各種リバウンド 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第5回 / 第5回	シュート（1） ①レイアップシュート ②ドリブルシュート、 ③レイバックシュート ④リーチバックシュート ⑤フックシュート、 ⑥ギャロップ・ステップ・シュート 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第6回 / 第6回	シュート（2） ①ワンハンド・セットシュート ②ボースハンドショット ③ジャンプシュート ④各ポジションからのジャンプシュート 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第7回 / 第7回	ファーストブレイク（1） ①2人でのファーストブレイク ②3人でのファーストブレイク ③2対1の詰め（ハーフコート） ④3対2の詰め（ハーフコート） 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第8回 / 第8回	ファーストブレイク（2） ①2対1の詰め（オールコート） ②3対2の詰め（オールコート） ③4対3の詰め（オールコート） 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第9回 / 第9回	1対1の攻防・2対2の攻防 ①各種カッティングにおけるボールのもらい方 ②パス・アンド・ラン ③ドリブルスクリーン 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第10回 / 第10回	2対2の攻防・3対3の攻防 ①インサイドスクリーン ②アウトサイドスクリーン ③トライアングルプレー 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第11回 / 第11回	マンツーマンディフェンス ①各ポジションのディフェンス ②ヘルプ・アンド・リカバリー ③ヘルプ・アンド・ローテーション ④スクリーンに対するディフェンス 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第12回 / 第12回	ゾーンディフェンス ①ゾーンディフェンスの基本的な動き方・基本的な守り方 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第13回 /	リーグ戦形式によるゲーム (1) ①チーム編成を行いリーグ戦にてゲームを行う。 (1試合2ピリオド制で実施)	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
	知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲			
第14回 /	リーグ戦形式によるゲーム (2) ①チーム編成を行いリーグ戦にてゲームを行う。 (1試合2ピリオド制で実施)	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
	知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲			
第15回 /	個人技能評価 ①ドリブルシュートによる評価 ②ジャンプシュートによる評価	実技	これまで、修得した技術について復習する。 社会人基礎力事後自己評価シートを記入する。	30
	知識、技能、応用力、関心・意欲			

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段：英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習 E（サッカー） Sports Practice Training E（Soccer）	1単位	選 択	実 技	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	教育職員免許法施行規則で定められた「教科に関する科目」の「体育実技」に対応する教職課程の選択科目である。 生涯スポーツの基本となる基礎体力や運動能力の向上とともに、サッカーの技術、戦術の基本の習得・理解し、競技者としての能力を向上させるだけでなく、将来的に指導者としてデモンストレーションができる力を身につけることを目的とする。					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	サッカー	学修教育目標	サッカーの基本技術、基本戦術を習得・理解し、ゲームの中で発揮することができる。また、ゲームの中で失敗した場合にも、その原因を理解し、改善することができる。 積極的に参加し、相互に協力する良好な人間関係のもとで活動することによってゲームの楽しさを味わえることを認識することができる。 サッカーのルールやマナーについても理解し、実践することができる。			
-------	------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

清滝キャンパスを使用して、実技授業を中心に実施します（雨天時は、美原キャンパスにて実施）。 本実習は、受講生がただ運動を楽しむためだけのものではなく、指導者の視点に立ち、指導者としてのスキルを向上させる科目です。その違いを意識して受講して下さい。						
--	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

スポーツコーチング法（ゴール型スポーツ）						
----------------------	--	--	--	--	--	--

教科書	参考書・リザーブブック
なし	書 名：理論と実践で学ぶサッカーコーチング 著者名：中山 雅雄 編著 出版社：大修館書店

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	サッカーの競技ルール、基本技術、基本戦術について理解している。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	サッカーの基本的な技能を身につけている。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	仲間と協力する場面において、自己の役割や責任を理解して行動することができる。	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	フェアプレイを意識し、健康・安全に留意して行動することができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	自分の課題解決のために積極的に取り組むことができる。	△

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	集団や組織の中で自分の役割と責任を判断し、主体性を持って取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力	集団や組織の中でリーダーシップを発揮し、目標達成に向けた働きかけをすることができる。	○
	③ 実行力	自分に必要な目的を理解して設定し、チャレンジ精神で行動することができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自分を客観的に観察し現状を把握する中で、適切な課題を発見することができる。	○
	② 計画力	課題解決に向けて、計画を立てて準備することができる。	○
	③ 創造力	課題解決に向けて、新たな方法や解決策を考え出すことができる。	○
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	他者との話し合いの場面において、自分の意見を的確に伝えることができる。	○
	② 傾聴力	他者との話し合いの場面において、相手が話しやすい環境を作り相手の意見を引き出すことができる。	◎
	③ 柔軟性	自分のやり方に固執せず、相手の意見や立場の違いを理解して、対応することができる。	○
	④ 状況把握力	チームとして活動する中で、自分の役割や全体に及ぼす影響を意識して行動することができる。	◎
	⑤ 規律性	スポーツマンシップやフェアプレイを意識して、行動することができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスに対し、自己成長を促す機会と捉え、適切な対処方法を理解して行動することができる。	○
4. 倫理観	① 倫理性	スポーツマンシップやフェアプレイを意識して、周囲の人々に対し道徳的に行動することができる。	○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合					30	50			20	100
評価 の 指標	知識に関する評価				15				5	20
	技能に関する評価					40				40
	応用力に関する評価				5	10				15
	チームワークに関する評価				5				10	15
	関心・意欲に関する評価				5				5	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
サッカーの基本技術、戦術について理解するとともに、試合の中で効果的に発揮することができる。また指導の際にデモンストレーションができる。					サッカーの基本技術、戦術について理解するとともに、試合の中で発揮することができる。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 / コメントシート	オリエンテーション	講義	復習：講義の内容について復習し、理解しておく。 予習：スキルテストの内容について理解しておく。	30
第2回 / スキルテスト、実技	診断的評価の実施 ①ボールリフティング      ②スキルテスト ③スモールサイドゲーム	実技	復習：授業中に実施した診断的評価においてみられた、自身の課題について整理しておく。	30
第3回 / 実技（技能、関心・意欲）	シュート（ゴールを奪う）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第4回 / 実技（技能、関心・意欲）	ドリブル（ボールを運ぶ）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第5回 / 実技（技能、関心・意欲）	フェイント（突破する、相手をかかわす）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第6回 / 実技（技能、関心・意欲）	パス（ボールをつなぐ）&コントロール（ボールを止める）（1） ・基礎実技	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第7回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲）	パス（ボールをつなぐ）&コントロール（ボールを止める）（2） ・応用実技	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第8回 / 実技（技能、関心・意欲）	タックル と チャージング（相手のボールを奪う）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第9回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲、チームワーク力）	数的優位な中での攻撃 ①壁パス ②オーバーラップ ③クロスオーバー など	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第10回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲、チームワーク力）	ボールポゼッション ・サポートの位置（距離と角度）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第11回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲、チームワーク力）	守備の戦術 ①ボールを持たないときのポジショニング ②チャレンジ&カバー	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第12回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲、チームワーク力）	固定グループでのリーグ戦（ハーフコート）（1）（基礎）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第13回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲、チームワーク力）	固定グループでのリーグ戦（ハーフコート）（2）（実践）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30
第14回 / 実技（技能、関心・意欲）	総括的評価の実施 ①ボールリフティング      ②スキルテスト	実技	復習：自身の技能について成長した点や課題を整理する。	30
第15回 / 実技（技能、応用力、関心・意欲、チームワーク力）	固定グループでのリーグ戦（フルコート）	実技	復習：授業中に実施した技能について、名称や技能習得のポイントや習得方法について復習する。	30

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習 F（バレーボール） Sports Practice Training F (Volleyball)	1単位	選 択	実 技	2年次	春学期
<b>授業科目の学修教育目的・目標</b>						
学修教育目的	バレーボールは場合によっては、競技参加者を2名～9名と状況に応じて選択することもできる競技である。基本技能とチームづくりに必要な技能を体験することにより、指導場面で必要な技術構成、段階的な技能習得法、審判技術を習得について理解し、ネット型スポーツの特性について判断できるようになる。					
キーワード	バレーボール	学修教育目標	バレーボール指導場面において実際に技術の手本をみせることができる。 バレーボールを集団で楽しめる場づくりができる。			
<b>授業科目の概要及び学修上の助言</b>						
<p>【授業科目の概要】授業の形式は実技となります。本実習は、バレーボールに関する知識と基礎技術及び、基本戦術について学習するとともに、グループ別対抗戦形式でのゲーム体験を通じて指導方法を学びます。</p> <p>【学修上の助言】 集団活動が多いため、良い実習ができるよう協力が必要となります。</p> <p>【その他連絡事項】 ・授業にふさわしい服装で受講すること。 ・屋内専用シューズを持参のこと。</p>						
<b>他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能</b>						
<p>【他の科目との関連】 ・「スポーツ指導法 F（バレーボール）」</p> <p>【履修に必要な予備知識や技能】 ・中学校保健体育実技で学習するレベルのバレーボールスキルが必要（オーバーハンドパス、アンダーハンドパスができることが望ましい）。</p>						
<b>教 科 書</b>			<b>参考書・リザーブブック</b>			
なし			書 名：最新バレーボールコーチ教本 著者名：日本バレーボール協会編 出版社：大修館書店 書 名：バレーボール競技規則（ルールブック） 著者名：日本バレーボール協会 出版社：			
No.	学 科 教 育 目 標	学 生 が 達 成 す べ き 行 動 目 標（※1）				
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	バレーボールの競技規則、基本技術、基本戦術について理解している。				○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	バレーボールの基本的な技能を身につけている。				◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	仲間と協力する場面において、自己の役割や責任を理解して行動することができる。				△
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	フェアプレイを意識し、健康・安全に留意して行動することができる。				△
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	自分の課題解決のために積極的に取り組むことができる。				△
<b>授業科目における社会人基礎力の育成目標</b>						
分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授 業 科 目 に お け る 育 成 目 標（※2）				
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	集団や組織の中で自分の役割と責任を判断し、主体性を持って取り組むことができる。				◎
	② 働きかけ力	集団や組織の中でリーダーシップ、フォロワーシップを発揮し、目標達成に向けた働きかけをすることができる。				○
	③ 実行力	目的意識をもって、チャレンジ精神で行動することができる。				△
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	できること、できないことを明確にして課題に取り組むことができる。				○
	② 計画力	課題解決に向けて、計画を立てて準備することができる。				△
	③ 創造力	課題解決に向けて、新たな方法や解決策を考えだすことができる。				△
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	他者との話し合いの場面において、自分の意見を的確に伝えることができる。				○
	② 傾聴力	他者との話し合いの場面において、相手が話しやすい環境を作り相手の意見を引き出すことができる。				△
	③ 柔軟性	自分のやり方に固執せず、相手の意見や立場の違いを理解して、対応することができる。				△
	④ 状況把握力	チームとして活動する中で、自分の役割や全体に及ぼす影響を意識して行動することができる。				○
	⑤ 規律性					
	⑥ ストレスコントロール力					
4. 倫理観	① 倫理性					

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合				20		55			25	100
評価 の 指標	知識に関する評価			20						20
	技能に関する評価					40				40
	応用力に関する評価					15				15
	チームワークに関する評価								15	15
	関心・意欲に関する評価								10	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
バレーボールの基本技術、戦術について理解するとともに、試合の中で効果的に発揮することができる。また指導の際にデモンストレーションができる					バレーボールの基本技術、戦術について理解するとともに、試合の中で発揮することができる。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション ①授業の進め方・内容・受講に際しての留意点について説明	講義と質疑	バレーボールにおける種目の特性、授業運営方法、修得する技能について理解する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第2回 /	ルールの理解・審判法の理解と実践 ①簡易ゲーム	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第3回 /	ボールコントロール技術（1） ①パス	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第4回 /	ボールコントロール技術（2） ①サーブ	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第5回 /	ボールコントロール技術（3） ①アタック	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第6回 /	ブロックの方法	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第7回 /	オフェンス・ディフェンスフォーメーション	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第8回 /	コンポーネントドリル（1） ①ディフェンスの連携技術	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第9回 /	コンポーネントドリル（2） ①オフェンスの連携技術	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第10回 /	リーグ戦形式のゲームとその運営（1） ①チーム編成を行いリーグ戦にてゲームを行う。 （チームビルディング）	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第11回 /	リーグ戦形式のゲームとその運営（2） ①チーム編成を行いリーグ戦にてゲームを行う。 （チームビルディング）	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第12回 /	リーグ戦形式のゲームとその運営（3） ①チーム編成を行いリーグ戦にてゲームを行う。 （チームビルディング）	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第13回 /	リーグ戦形式のゲームとその運営（4） ①チーム編成を行いリーグ戦にてゲームを行う。 （チームビルディング）	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第14回 /	ボールコントロール技術の評価	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第15回 /	連携技術の評価	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。



学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習 J（剣道） Sports Practice Training J (Kendo)	1単位	必修	実技	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	剣道の実践を通して、心身の健全な発達や健康の保持増進などについての理解を深め、安全な行動や規律ある集団行動の体得、運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養、体力の向上などに資する指導法を体得する。また、人間関係の基本である、ラポールとコミュニケーションなどを意図として、基礎技能の習得と共に実践能力を身につける。					
--------	--	--	--	--	--	--

キーワード	剣道 生涯スポーツ	学修教育目標	剣道に関する基礎知識および基本動作を修得することができる。 また、技術だけではなく、所作や、礼儀作法、他者に対する配慮等を体得することができる。			
-------	--------------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

生涯スポーツの一つとして、剣道は息の長い種目であることを理解する。近代スポーツと大きく異なる各種所作を通して、武道の良さを体得し、理解を深める。中学校保健体育授業の必修科目であることから、初心者が興味関心を持って剣道に親しむ方法を学修する。 授業では、垂れネーム・面タオル・iPadを使用するので、必ず持参すること。						
---	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツ指導法 J（剣道）」に関連する科目となる。						
----------------------------	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブブック			
なし			剣道指導法（全日本剣道連盟 編）			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	専門用語を理解することができる。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	基本的な動作・所作を身につけることができる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	剣道は相手があってはじめて成り立つ競技である。相手を尊重し、互いに活かされていることを理解する。	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	礼儀を重んじ、剣道理念を理解し適切に行動することができる。	◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	所作から基本動作修得まで必要な知識・技能を修得することができる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一步前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	集団や組織の中で自分の役割と責任を判断し、主体性を持って取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力	リーダーシップを発揮して、目標達成の働きかけを行うことができる。	○
	③ 実行力		
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	客観的に自分を観察し、課題や問題を解決することができる。	○
	② 計画力		
	③ 創造力		
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見をわかりやすく伝えることができる。	○
	② 傾聴力	他人のアドバイスを素直に聞くことができる。	◎
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力		
	⑤ 規律性	節度ある行動を取ることができる。ルールを遵守することができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスの原因となる事象が発生した時に適切な対処をすることができる。	○
4. 倫理観	① 倫理性	自分の能力を他の人の為に活かし周りに喜びを与えることができる。	○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			20			65			15	100
評価 の 指標	知識に関する評価		20			5			5	30
	技能に関する評価					20				20
	応用力に関する評価					10			5	15
	チームワークに関する評価					10				10
	関心・意欲に関する評価					20			5	25
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
積極的に取り組み、所作・専門知識・技術の修得が充分に見られる。 各項目の理解度が80%以上である。					基本的な所作・専門知識・技術の修得が見られる。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 / コメントシート	オリエンテーション ① ガイダンス ② 剣道の歴史  コメントシート	講義	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第2回 / コメントシート	礼法・竹刀と防具の扱い方 ① 礼法 ② 竹刀と防具の扱い方  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第3回 / コメントシート	基本動作（1） ① いろいろな足さばき ② 竹刀の振り方  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第4回 / コメントシート	基本動作（2） ① いろいろな素振り  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第5回 / コメントシート	基本動作（3） ① リズム剣道  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第6回 / コメントシート	基本動作（4） ① 打ち返し（面、胴） ② 打ち返しの元立ち  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第7回 / コメントシート	基本動作（5） ① 基本打突（小手、面、胴） ② 基本打突の元立ち  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第8回 / コメントシート	基本動作（6） ① 基本打突（二段技） ② 打ち込み稽古  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第9回 / コメントシート	基本動作（7） ① 基本打突（引き技）  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第10回 / コメントシート	基礎となる練習 ① 切り返し ② 打ち込み  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第11回 / コメントシート	応用技（1） ① 仕掛け技 ② 互角稽古  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第12回 / コメントシート	応用技（2） ① 応じ技 ② 互角稽古  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第13回 / コメントシート	基本試合（1） ① 個人戦  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第14回 / コメントシート	基本試合（2） ① 団体戦  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30
第15回 / コメントシート	実技試験とまとめ  コメントシート	実技	授業時に指示された課題に取り組む。	30

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習K（ダンス） Sports Practice Training K (Dance)	1単位	必修	実技	2年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>教育職員免許法施行規則で定められた「教科に関する科目」の「体育実技」に対応する教職課程の選択科目である。 ダンスは人間の心と身体を使って自由に表現することである。イメージやリズムをとらえて一人一人の個性を生かした表現や作品を発表したり、仲間やパートナーと踊ったりすることを通して、ダンスの専門的な理解と高度な技能の習得を目指し、自己の課題を解決できるようにするとともに、生涯を通してスポーツの振興発展にかかわることが的確に判断できるようになる。</p>					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	ダンス 表現	学修教育目標	<p>ダンスの特性や名称や用語、表現の仕方、動きや構成の組み立て方について説明できる。 ダンスの楽しさや喜びを味わうとともに、個人やグループの能力を最大限に発揮し専門的な表現の仕方や踊り方を習得することができる。 専門的な知識及び目的に応じた技能、これらを活用して課題を解決するための思考力・判断力及び主体性を身につけることができる。</p>			
-------	-----------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

<p>ダンスの特性や名称や用語、表現の仕方、動きや構成の組み立て方を身につける事ができる。ダンスの楽しさや喜びを味わうとともに、個人やグループの能力を最大に発揮し専門的な表現の仕方や踊り方を習得する事ができる。専門的な知識及び目的に応じた機能、これらを活用して課題を解決するための思考力、判断力及び主体性をはぐくむことができる。 安全対策として履修者はスポーツウェアに更衣し、運動シューズを着用して参加すること。</p>						
--	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

<p>毎授業開始時に呼称し、客観的に健康情報を把握。毎時のねらいと目標を説明する。全体の学習を通してダンスウォーミングアップの中でボディートレーニングを行う。個人で練習できる部分、2人やグループで練習する部分など工夫して行い、各時間（創る）（踊る）（観る）という行為が行えるようにする。</p>						
---	--	--	--	--	--	--

教科書	参考書・リザーブブック
なし	なし

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	ダンスにおける基本的意識を理解する。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	ダンスにおける基本的意識を理解する。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	正しいアライメントによる安全かつ効果的な動作の技術能力について説明できる。	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	効果的な動作の技術能力について説明ができる。	◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	プログラムの構成や指導法をグループにより身につけることができる。	○

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一步前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	運動に親しむ態度の育成、責任感や連帯感の涵養	△
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	ダンスの基本的な動き	◎
	② 計画力	ダンスの基本的な動き	○
	③ 創造力	ダンスの基本的な動き	◎
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	年齢に応じたプログラムの作成	◎
	② 傾聴力	年齢に応じたプログラムの作成	△
	③ 柔軟性	体の水準を確保する為に必要な運動	○
	④ 状況把握力		
	⑤ 規律性	尺度に従ったプログラムについても作成できるよう指導法を行う。	△
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性		

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			45	15	10	30				100
評価 の 指標	知識に関する評価		9	3	2	6				20
	技能に関する評価		9	3	2	6				20
	応用力に関する評価		9	3	2	6				20
	チームワークに関する評価		9	3	2	6				20
	関心・意欲に関する評価		9	3	2	6				20
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
個人発表、グループ発表において課題曲を 80%完成する。					個人発表、グループ発表において課題曲を 60%完成する。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 ／	オリエンテーション ①授業の進め方・内容について説明 ②受講に際しての留意点  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 受講の際、遅刻のないように留意する。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第2回 ／	リズムダンス (1) ①基本的な動き  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第3回 ／	リズムダンス (2) ①曲に合わせた動き作り  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第4回 ／	ファークダンス ①基礎知識 ・ファーマーシオン ・ポジション ・ステップの種類 ②民族舞踏  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第5回 ／	日本民謡 ①日本民謡の動き  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第6回 ／	創作ダンス (1) ①ダンスを理解する ②歩く、回る、止まる  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第7回 ／	創作ダンス (2) ①歩く、走る、跳ぶ ②歩く、倒れる、ころがる  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第8回 ／	創作ダンス (3) ①ひねる、回る、止まる ②伸縮、ころがる、止まる ③イメージを引き出す  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第9回 ／	創作ダンス (4) ①小作品づくりのオリエンテーション  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第10回 ／	創作ダンス (5) ①小作品づくり ・見せ合い  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第11回 ／	創作ダンス (6) ①課題による作品づくり ・サブテーマ設定 ・グルーピング  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第12回 ／	創作ダンス (7) ①課題による作品づくり ・サブテーマの動きづくり  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第13回 ／	創作ダンス (8) ①課題による作品づくり ・踊り込み  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第14回 ／	創作ダンス (9) ①課題による作品づくり ・発表準備  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技 発汗作用が激しくなる為、水分補給などにも注意を払い必要に応じ補わせる。着替えの準備タオルの準備を行うこと。	自主トレーニング・予習・復習	20～30
第15回 ／	創作ダンス グループ 個人 発表  (実技) (意欲点) 等で総合的に評価する。	実技	自主トレーニング・予習・復習	20～30

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めた時間を取りよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段：英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	スポーツ実践実習L（水泳） Sports Practice Training L（Swimming）	1単位	必修	実技	2年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	健康維持を対象として、水泳・水中運動を有酸素運動として行うとともに、水泳の授業を実施するにあたり、プールマナーや救急処置の重要性を学び、水中運動の特性である浮力・水圧・抵抗・水温を理解し、水泳の基本泳法を身につけるとともに、運動を通して安全対策にも留意し、指導者としての役割や資質を身につけ、的確に判断できるようになる。					
--------	--	--	--	--	--	--

キーワード	水の特性 各種泳法 プールマナー 救急処置	学修教育目標	水中運動の特性である浮力・水圧・抵抗・水温を理解し、水泳の基本泳法を身につけると共に、運動を通して安全対策にも留意し、プールマナーや救急処置の重要性を学び説明することができる。			
-------	--------------------------------	--------	--	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

水中運動の特性である浮力・水圧・抵抗・水温について体験し、学修する。 水泳の基本泳法について理解し、実践する。 プールマナー、救急処置について学修する。						
--	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツ指導法L（水泳）」の理解につながる。 スポーツを行うときの心構えや、安全に対する注意が理解されていること。 高等学校の体育実技で学習するレベルの泳力が必要。						
---	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブブック			
なし			なし			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	水泳の知識について理解できる。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	水泳の基本泳法を習得し、活用することができる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	自ら積極的に仲間とコミュニケーションをとりながら学修ができる。	△
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	時間や指示を厳守し、積極的に各自の各種泳法技術の向上に取り組むことができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	水泳に関する基本的事項について理解し、説明できるとともに学習活動で実践できる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一步前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	自分がやるべきことは何かを見極め、自発的に取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	強い意志を持ち、困難な状況から逃げずに取り組み続けることができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	成功のイメージを明確にして、その実現のために現段階でなすべきことを的確に把握できる。	○
	② 計画力		
	③ 創造力		
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力		
	② 傾聴力	相手の話を素直に聞くことができる。	△
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力		
	⑤ 規律性	相手に迷惑をかけないよう、最低限守らなければならないルールや約束事・マナーを理解している。	○
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスの原因を見つけて、自分で、または他人の力を借りてでも取り除くことができる。	○
4. 倫理観	① 倫理性	相手の立場に立って行動することができる。	△

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合					20	70			10	100
評価 の 指標	知識に関する評価				10				10	20
	技能に関する評価					40				40
	応用力に関する評価					15				15
	チームワークに関する評価					15				15
	関心・意欲に関する評価				10					10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>水中運動の特性である浮力・水圧・抵抗・水温を充分理解している。 水泳の基本泳法の基礎技術を習得し、活用できる。 プールマナーや救急処置の重要性について充分理解している。</p>					<p>水中運動の特性である浮力・水圧・抵抗・水温を理解している。 水泳の基本泳法の基礎技術を習得している。 プールマナーや救急処置の重要性について理解している。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。



**授 業 計 画 表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 ／	水泳について ①メディカルチェックの必要性、 ②水温の確認、 ③救急処置の重要性 ④水泳のエチケット（プールマナー） ⑤ウォーミングアップとクーリングダウン 知識、関心・意欲	講義と質疑	水泳における種目の特性、授業運営方法、修得する技能について理解する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。 社会人基礎力事前自己評価シートを記入する。	40
第2回 ／	水泳（1） ・ 水中運動の特性（浮力・水圧・抵抗・水温）を理解する。 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第3回 ／	水泳（2） ①呼吸法 ②浮身（伏し浮き～立つ、背浮き～立つ） ③け伸び（ストリームラインの保持） 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第4回 ／	水泳（3） クロールー ①キック（プールサイドでの練習・ビート板での練習）に腕の動き（プールサイドでの練習・ビート板での練習） 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第5回 ／	水泳（4） クロールー ①呼吸法とターン練習 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第6回 ／	水泳（5） クロールー ①長い距離を泳ぐ 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第7回 ／	水泳（6） クロールー 50mタイム計測 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第8回 ／	水泳（7） 平泳ぎー ①キック（陸上で動きの確認・プールサイドを持つての練習・ビート板を使つての練習） ②腕の動き（プールサイド・ビート板を使つての練習） 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第9回 ／	水泳（8） 平泳ぎー ①呼吸法とターン練習 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第10回 ／	水泳（9） 平泳ぎー ①長い距離を泳ぐ 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第11回 ／	水泳4（平泳ぎ④） ①50mタイム計測 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第12回 ／	水泳（11） 背泳ぎ・バタフライ・横泳ぎー ①キック（プールサイド・ビート板を使つての練習） ②腕の動き（プールサイド・ビート板を使つての練習） 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第13回 ／	水泳（12） 背泳ぎ・バタフライ・横泳ぎー ①呼吸法とターン練習 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	30
第14回 ／	水中における運動 ①水の抵抗を利用したトレーニングの留意点と実施 知識、技能、応用力、チームワーク力、関心・意欲	実技	授業中に実施した技能について、名称の確認、修得方法について復習する。 次回の授業で実施する技術における名称、修得方法について予習する。	40
第15回 ／	評価 泳力ー ・ 4泳法の評価 知識、技能、応用力、関心・意欲	実技	これまで、修得した技術について復習する。 社会人基礎力事後自己評価シートを記入する。	40

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 体育実技	健康体操指導法 Teaching Method for Health Improvement and Physical Exercises	1単位	必修	実技	3年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>体づくり運動を通してスポーツ・身体活動を行うにあたり（日常生活において健康保持・増進について説明）柔軟性が何故必要なのかを運動生理学的な側面をもって理解し、トレーニングの手段と実際、ウォーミングアップのしかたやストレッチングに対して、からだをどのように反応させるのか、また、からだになにが起こるのかを学習する。</p>					
--------	--	--	--	--	--	--

キーワード	<p>体づくり運動 ウォーミングアップ ストレッチング 体操</p>	学修教育目標	<p>実習にあたり体づくり運動の基礎となる身体各部位のストレッチング・テクニックを学び、自分のワークアウトにストレッチング・プログラムを組み入れる方法について理解することができる。 年齢がどのように柔軟性に影響するのかについて理解することができる。 また、目的に応じた体操を実践し、健康との関係を理解することができる。</p>			
-------	--	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎授業開始時に呼称し、客観的に健康把握し、本時のねらいを説明する。</li> <li>・レポート・課題の提出もおこなう。</li> <li>・受講の際、遅刻のないように留意すること。</li> <li>・現代という時点から、「生活」と「スポーツ・レクリエーション」の関係を考察し、運動の必要性を理解すること。</li> <li>・個人の特性を理解し、自主的にかつ積極的に参加すること。</li> </ul>						
---	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

特になし。						
-------	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブブック			
追って指示する。			必要に応じてプリント配布。			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	ウォーミングアップの効果について答えることができる。	△
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	トレーニングやストレッチの各種目を模範し指導することができる。	○
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	ウォーミングアップを指導することができる。	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	ウォーミングアップを指導することができる。	△
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	ウォーミングアップを計画し、それぞれの意味を説明することができる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	受け身ではなく積極的な姿勢で授業に臨むことができる。	◎
	② 働きかけ力	他者に積極的に質問や相談、提案をすることができる。	◎
	③ 実行力	自身が計画したことを成し遂げることができる。	◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	問題意識を常にもち、課題について整理し、取り組むことができる。	◎
	② 計画力	問題解決のために、適切な計画を立てることができる。	◎
	③ 創造力	問題解決にあたり、さまざまな思考をすることができる。	◎
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	必要な時に自分の考えを表現できる。	◎
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力	さまざまな状況を把握し、的確な判断ができる。	◎
	⑤ 規律性	チームでの規律を尊重することができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性		

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合					30	50			20	100
評価 の 指標	知識に関する評価				5					5
	技能に関する評価				10	50				60
	応用力に関する評価				5					5
	チームワークに関する評価				10					10
	関心・意欲に関する評価								20	20
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
①対象に合わせたウォーミングアップの作成方法について十分に理解している。 ②トレーニング及びストレッチの模範が適切である。 ③トレーニング及びストレッチが適切に指導できる。					①ウォーミングアップの作成方法について概ね理解している。 ②トレーニング及びストレッチの模範が概ねできる。 ③トレーニング及びストレッチの指導が概ねできる。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授 業 計 画 表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	現代生活の特徴 授業についての留意点 ①健康体操指導法とは ②体づくり運動について ③体育、運動、スポーツから見た現代生活の特徴を踏まえ、健康体操の重要性を理解し実演する	実技	今回の復習	30
第2回 /	目的に応じた体操の重要性と方法 ①準備体操や整理体操、 ②健康づくり体操等 ③目的に応じた体操の重要性と方法を理解し実演する	実技	前回・今回の復習	30
第3回 /	ウォームアップとクリーンダウン ①ウォームアップの必要性 生理学から見た運動の特性・運動と筋肉の働きを理解し実践する	実技	前回・今回の復習	30
第4回 /	ストレッチングと柔軟体操 (1) ①体づくり運動の基礎となるストレッチングと柔軟体操の必要性と効果	実技	前回・今回の復習	30
第5回 /	ストレッチングと柔軟体操 (2) ①ストレッチングと柔軟体操の実際	実技	前回・今回の復習	30
第6回 /	ラジオ体操 (1) ①ラジオ体操第1の特徴を理解し、正確な動きを覚え実演	実技	前回・今回の復習	30
第7回 /	ラジオ体操 (2) ①ラジオ体操第2の特徴を理解し、正確な動きを覚え実演	実技	前回・今回の復習	30
第8回 /	みんなの体操 (1) ①みんなの体操の特徴を理解し実演	実技	前回・今回の復習	30
第9回 /	みんなの体操 (2) ①みんなの体操の音楽に合わせて体操を創作し実演①基礎技能	実技	前回・今回の復習	30
第10回 /	みんなの体操 (3) ①みんなの体操の音楽に合わせて体操を創作し実演②個別指導	実技	前回・今回の復習	30
第11回 /	ウォーキング (1) ①運動効果と特性、基本的なフォーム、歩き方のチェック	実技	前回・今回の復習	30
第12回 /	ウォーキング (2) ①運動強度の設定 ②最高心拍数から目標心拍数を設定 ③運動強度を上げる方法	実技	前回・今回の復習	30
第13回 /	レジスタンストレーニング ①体づくり運動のためのレジスタンストレーニングの目的、運動効果や安全性を理解し、自体重、パートナーによる抵抗、チューブ等を使ったトレーニングを実践する	実技	前回・今回の復習	30
第14回 /	介護予防と運動 ①筋力向上、柔軟性、有酸素性、バランスの要素を取り入れ、自立機能の低下の程度に応じた運動指導について理解し、機能改善や転倒防止の為のトレーニングを実践する	実技	前回・今回の復習	30
第15回 /	健康体操のまとめ ①課題を与え、その課題の目的に応じた体操やトレーニングを実践する	実技	前回・今回の復習	30

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段：英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	スポーツ社会学  Sport Sociology	2単位	必修	講義	1年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学 修 教 育 目 的	<p>教育職員免許法施行規則で定められた「教科に関する科目」の『「体育原理、体育心理学、体育経営管理学、体育社会学」及び運動学（運動方法学を含む。）』に対応する教職課程の科目である。</p> <p>ゆとりのある生活を求める現代社会においてスポーツは重要な位置をしめている。スポーツが多くの人々の関心事となっている今日、楽しむだけに留まらず社会的事実としてスポーツを認識できるようになる。</p>
----------------------------	---

キ ー ワ ー ド	<p>スポーツ、現代社会、プレイ スポーツマンシップ フェアプレー</p>	学 修 教 育 目 標	<p>日本のスポーツは学校を中心として発展してきたが、昨今では多様なスポーツ実施がみられるようになり、社会の変化とともにスポーツの捉え方も変化している。</p> <p>現代社会におけるスポーツの意義や価値について理解するとともに、スポーツの発展を促進する社会的要因やスポーツの発展を妨害する社会的要因について、批判的（客観的）に分析することができる。</p>
-----------------------	---	----------------------------	---

授業科目の概要及び学修上の助言

<p>スポーツはいつの時代も社会とのつながりを強く持ってきている。これまでスポーツと社会がどのような関係を結んできたのかを振り返る。特に中盤以降は、スポーツと現代社会との関係をイメージしやすくするために、映像資料も積極的に使用する。スポーツと社会との関係について意識しながら、取り組んでいただきたい。</p>
--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

<p>スポーツに関するニュースやドキュメンタリーなどメディアの発信する情報を収集するようにすること。</p>
--

教 科 書	参考書・リザーブブック
なし	<p>書 名：よくわかるスポーツ文化論 著者名：井上 俊・菊 幸一 出版社：ミネルヴァ書房</p>

No.	学 科 教 育 目 標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	スポーツと社会に関する理論や概念について理解する。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。		
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	自分の意見を論理的に表現することができる。	○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	スポーツマンシップやフェアプレイ精神を理解した行動をとることができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	現在生じているスポーツの諸問題について、社会や文化との関係から分析することができる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	現在生じているスポーツの諸問題について、積極的に取り組むことができる。	○
	② 働きかけ力		
	③ 実行力		
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	スポーツの諸問題について、課題を理解することができる。	◎
	② 計画力	スポーツの諸問題について、課題解決に向けた考えを立てることができる。	△
	③ 創造力	スポーツの諸問題について、課題解決に向けて新たな観点からアイデアを出すことができる。	△
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の考えを口頭や文章で、論理的に説明することができる。	○
	② 傾聴力	他者の意見や説明を丁寧に聞いて、理解することができる。	○
	③ 柔軟性	他者の意見やアドバイスを柔軟に受け入れることができる。	○
	④ 状況把握力	スポーツを学ぶ人に期待されている役割を理解して、行動することができる。	○
	⑤ 規律性	スポーツマンシップ・フェアプレイを理解して、行動することができる。	○
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	スポーツマンシップ・フェアプレイを理解して、行動することができる。	◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			45		30				25	100
評価 の 指標	知識に関する評価		25		10				5	40
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		20		10				5	35
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価				10				15	25
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
講義で取り上げるスポーツの諸問題について、批判的に（客観的に）分析し、自分の意見を論理的に表現することができる。					講義で取り上げるスポーツの諸問題について理解し、自分の意見を表明することができる。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 ／	オリエンテーション 授業を受ける姿勢について、単位を修得するとは？ 授業の進め方、評価について、受講時の諸注意事項 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第2回 ／	スポーツ社会学の必要性—なぜスポーツ社会学を学ぶのか「スポーツの意義と価値」 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第3回 ／	スポーツの社会学的理解（1）—人間の行動としてのスポーツ 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第4回 ／	スポーツの社会学的理解（2）—社会的行為としてのスポーツ 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第5回 ／	スポーツの文化システム—スポーツの文化的特性 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第6回 ／	スポーツの社会システム—スポーツ集団の社会システム（チーム、クラブ、アソシエーション） レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用する	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	60
第7回 ／	スポーツと政治・経済（1）—スポーツと政治・政治目的の達成にスポーツを利用するケース 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第8回 ／	スポーツと政治・経済（2）—スポーツと経済、スポーツ・スポンサーシップ 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第9回 ／	スポーツと政治・経済（3）—スポーツとメディア 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること	30
第10回 ／	スポーツと教育（1）—スポーツと社会化 レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用する	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	60
第11回 ／	スポーツと教育（2）—フェアプレー、スポーツマンシップ レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用する	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	60
第12回 ／	スポーツと教育（3）—オリンピック価値教育 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用する	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	60
第13回 ／	スポーツの大衆化をめぐる問題—スポーツ格差、コミュニティスポーツ 小レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
第14回 ／	スポーツとジェンダー レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用する	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	60
第15回 ／	競技スポーツの社会的問題—アンチ・ドーピング レポート	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用する	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	60

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めた時間を取りよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	健康運動論  Health and Physical Exercises Theory	2単位	必修	講義	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>人体の機能は適度に使用することにより、その機能維持は向上する。そして、健康を阻害する因子を学ぶことにより、体力の定義と体力の分類について理解し、運動の危険性と必要性や運動の種類や効果についても理解することを目的とする。</p>
--------	--

キーワード	<p>健康 運動処方 生活習慣病の予防と改善 食事・運動療法</p>	学修教育目標	<p>運動処方の原理について、特に性差・個人の能力差・障害の有無・加齢など目的にあった適切な運動処方を工夫することができる。 食事・運動療法が有効な生活習慣病の種類とその病態を理解することができる。 生活習慣病の予防や改善のための運動の種類や方法を理解することができる。 肥満発症の遺伝要因や環境要因とともに身体のエネルギー代謝機構を学ぶことができる。 健康管理・生活管理・体力管理の重要性について理解することができる。</p>
-------	--	--------	--

授業科目の概要及び学修上の助言

<p>2名の教員がオムニバス形式で実施する。 健康・体力・トレーニングに関する書籍を読んでおくこと。 また日常生活においても健康に留意し、運動をしておくこと。 生活習慣病に関する一般的知識を書籍やネットを通して予習しておく。 生活スタイルを見直し、疲労感や睡眠不足に留意した健康生活を維持して受講すること。</p>
---

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

特になし。
-------

教科書	参考書・リザーブブック
<p>書名：すべての診療科で役立つ身体運動学と運動療法 著者名：曾根 博仁 出版社：羊土社</p>	なし

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	健康を実現するアプローチ方法について考えることができる。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。		
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	行動変容を促すアプローチ方法について考えることができる。	○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	ルールや約束を守り仲間と協力して授業に参加することができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	疾患の背景を理解し対策を考える事ができる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	集団や組織（チーム）の中で自分の役割と責任を判断し、自ら進んで取り組むことができる。	○
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	自分に必要な目的を理解し目標を設定して行動することができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自分を客観的に観察し現状を把握し、課題を見つけ解決しようとする事ができる。	○
	② 計画力		
	③ 創造力		
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力		
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力		
	⑤ 規律性	ルールや約束を守り、良識ある行動をとることができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	他者の事を考えながら授業を受けることができる。	◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力



達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50	40	10					100
評価 の 指標	知識に関する評価		40	40	5					85
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		10		3					13
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価				2					2
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
①健康とは何かを十分に理解している。 ②運動処方について十分に理解している。 ③行動変容を阻害する要因を十分に理解している。					①健康とは何かを概ね理解している。 ②運動処方について概ね理解している。 ③行動変容を阻害する要因を概ね理解している。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション、健康体力づくりの必要性 ・健康とは ・日本人の健康状態	講義	復習：日本人の健康状態について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：運動形態について予習をする。	30
第2回 /	健康づくりのための身体活動・運動 ・日本人の身体活動状況 ・世界と日本の身体活動・運動施策	講義	復習：世界及び日本における運動基準・指針について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：行動変容理論について予習する。	30
第3回 /	運動行動変容の実際 ・社会的認知行動（トランスセオレティカルモデル、行動変容プログラム）	講義	復習：行動変容理論の概要と運動行動における活用について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：骨格筋の基本構造と呼吸の仕組みについて予習する。	30
第4回 /	身体運動の基礎（1） ・骨格筋の構造と筋収縮 ・運動と呼吸・循環	講義	復習：骨格筋の構造と収縮様式、運動による呼吸・循環応答について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：エネルギー代謝の仕組みと栄養の役割について予習する。	30
第5回 /	身体運動の基礎（2） ・運動とエネルギー代謝 ・運動と食事・栄養	講義	復習：運動によるエネルギー代謝の変化と食事・栄養との関連について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：運動療法の考え方について予習する。	30
第6回 /	運動療法（1） ・運動療法の考え方 ・運動療法の目的と構成	講義 小テスト	復習：運動療法の意義・目的と基本的な考え方について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：メディカルチェックについて予習する。	30
第7回 /	運動療法（2） ・メディカルチェック ・身体機能と運動量の評価	講義	復習：メディカルチェックの重要性と項目、身体機能と運動量の評価方法について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：運動処方の方の考え方・手順について予習する。	30
第8回 /	運動処方（1） ・運動処方の考え方・手順 ・トレーニングの原理・原則 ・運動プログラム作成の為の原理・原則	講義	復習：トレーニングの原理・原則、運動プログラム作成の原則について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：運動の種類と効果について予習する。	30
第9回 /	運動処方（2） ・ウォーミングアップとクーリングダウン ・有酸素運動とレジスタンス運動	講義	復習：ウォーミングアップとクーリングダウン、有酸素運動とレジスタンス運動の方法と効果について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：ライフステージと運動の重要性について予習をする。	30
第10回 /	ライフステージと運動 ・妊娠期と運動 ・成長期と運動 ・高齢期と運動	講義	復習：ライフステージごとの運動の重要性と注意事項について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：先天性疾患と遺伝病について予習する。	30
第11回 /	健康と疾患（1） ・先天性疾患や遺伝病と運動	講義	復習：先天性疾患・遺伝病の概要と運動との関連について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：発育発達の過程について予習する。	30
第12回 /	健康と疾患（2） ・発育発達と運動	講義	復習：発育発達の過程と運動の関連について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：整形外科疾患について予習する。	30
第13回 /	健康と疾患（3） ・整形外科疾患と運動機能障害	講義	復習：整形外科疾患の概要と運動機能障害について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：精神・神経疾患について予習する。	30
第14回 /	健康と疾患（4） ・精神・神経疾患と運動機能障害	講義	復習：精神・神経疾患の概要と運動機能障害について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		予習：加齢による生体変化について予習する。	30
第15回 /	健康と疾患（5） ・加齢に伴う運動機能障害	講義	復習：加齢による生体機能の変化と運動機能障害について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価		授業全体の復習をする。	

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めて決めた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	スポーツ心理学  Sport Psychology	2単位	必修	講義	1年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>各種競技スポーツ種目では、勝利のためには「心・技・体」が必要であると言われている。その中の「心」に着目し、知識を得ることを目的とする。スポーツ活動・各種パフォーマンスを通じて生じる様々な「こころの変化」に対して学習し、メカニズムを理解する。</p>					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	スポーツ心理学 メンタルトレーニング 心理的競技能力	学修教育目標	スポーツをする上で、精神力は必要であると古くから考えられてきている。精神力を科学的に理解し、また、運動選手（パフォーマー）に必要な心理的競技能力について理解し、各能力を伸ばすために必要な手法を理解する。			
-------	----------------------------------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

「精神力」とは何か？「やる気は数値化できるのか？」など、実力発揮に必要な心の状態を理解する為にスポーツ心理学Ⅰを通して学修する。また、スポーツをする上で「なぜ、心が大切」なのかを理解する。講義内にて教科書・iPadを使用するため、各自持参すること。						
--	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツとメンタルヘルス」「メンタルトレーニング論」を学修するための基礎科目となる。						
---	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブブック			
書名：これから学ぶスポーツ心理学 著者名：荒木 雅信 出版社：大修館書店			なし			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）			
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	精神力を調査する方法を理解する。精神力を向上するための手法を理解する。			○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。				
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。				
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。				
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	「スポーツ心理学」という学術分野について理解できる。			○

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）			
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	主体性を持って積極的に取り組む。			○
	② 働きかけ力				
	③ 実行力				
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自分を客観的に観察し、現状を把握する中で課題を見つけ、解決することができる。			○
	② 計画力				
	③ 創造力				
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力				
	② 傾聴力				
	③ 柔軟性				
	④ 状況把握力				
	⑤ 規律性				
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスの原因となる事象が生じた時に、適切な対応を取ることができる。			○
4. 倫理観	① 倫理性	共に受講している学生のことを考えて行動することができる。			○

※1 ○:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ○:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50	20	15				15	100
評価 の 指標	知識に関する評価		50	20	5				5	80
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価				5				5	10
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価				5				5	10
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
「スポーツ心理学」について十分に理解し、理論と実践の繋がりが理解できている。 理解度が80%以上である。					「スポーツ心理学」の基礎的な部分について理解している。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 / コメントシート	ガイダンス スポーツ心理学とは（イントロダクション） コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第2回 / コメントシート	運動のメカニズム（1） ① 運動の神経学的メカニズム ② スポーツスキルの分類と構成 コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第3回 / コメントシート	運動のメカニズム（2） ③ 情報処理と意思決定 ④ スポーツスキルと知覚の関連 コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第4回 / コメントシート	運動学習の原理 ① 運動学習 ② フィードバック コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第5回 / コメントシート	効果的な運動指導（1） ① 観察学習 ② 言語的指導 コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第6回 / コメントシート	効果的な運動指導（2） ③ 効果的な練習法 コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第7回 / コメントシート	スポーツの動機づけ ① 内発的動機づけと外発的動機づけ（自己決定理論） ② 目標設定と動機づけ コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第8回 / コメントシート	スポーツにおける集団（1） ① スポーツ集団の構造 ② スポーツ集団の心理的プロセス コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第9回 / コメントシート	スポーツにおける集団（2） ① リーダーシップ ② チームビルディング コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第10回 / コメントシート	パーソナリティとスポーツ ① パーソナリティの理論 ② パーソナリティとスポーツ コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第11回 / 小テスト	小テスト 小テスト	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第12回 / コメントシート	スポーツ心理学の応用 スポーツ現場における心理的課題の解決方法を探る（1） コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第13回 / コメントシート	スポーツ心理学の応用 スポーツ現場における心理的課題の解決方法を探る（2） コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第14回 / コメントシート	スポーツ心理学の応用 スポーツ現場における心理的課題の解決方法を探る（3） コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30
第15回 / コメントシート	まとめ コメントシート	講義	授業時に提示された課題に取り組む	30

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	学校体育マネジメント  Management for Physical Education	2単位	選 択	講 義	3年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

<b>学 修 教 育 目 的</b>	<p>教育職員免許法施行規則で定められた「教科に関する科目」の『「体育原理、体育心理学、体育経営管理学、体育社会学」及び運動学（運動方法学を含む。）』に対応する教職課程の選択科目である。</p> <p>体育・スポーツの普及や振興に貢献する体育・スポーツ経営学の基礎理論について、特に学校における体育・スポーツ経営の理解を目的とする。学校全体の体育及び体育的活動を合理的、効率的に進める実践力の基盤となるよう、学校体育経営組織の構造、教科体育の計画と運営、体育的行事の計画と運営、運動部活動の計画と運営、学校体育経営の評価等、体育経営学の理論と方法について理解する。</p>
--	--

<b>キ ー ワ ー ド</b>	<b>学校体育 カリキュラム・マネジメント 運動生活</b>	<b>学 修 教 育 目 標</b>	<p>学校体育経営の基本的な理論と方法を理解し、説明することができる。</p> <p>学校における体育・スポーツ事業について、経営計画の立案、組織の在り方、経営評価の内容と方法を理解し、説明することができる。</p> <p>学校体育経営に関する現場での課題解決の方法を検討し、改善・修正案を提示することができる。</p>
----------------------------------	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

<p>学校体育に関わる現代的課題、学校における体育的活動（授業、体育的行事、運動部活動など）の総合的カリキュラム編成の原則について学ぶ。 保健体育教員を目指す学生には、是非受講していただきたい。</p>
---

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

<p>スポーツ社会学、スポーツ行政の理論と実際、スポーツマーケティング論</p>
--

教 科 書	参考書・リザーブブック
なし	<p>書 名：学校体育経営ハンドブック 著者名：宇土 正彦 編著 出版社：大修館書店</p> <p>書 名：テキスト 体育・スポーツ経営学 著者名：柳沢 和雄、木村 和彦、清水 紀宏 編著 出版社：大修館書店</p> <p>書 名：よくわかるスポーツマネジメント 著者名：柳沢 和雄、清水 紀宏、中西 純司 編著 出版社：ミネルヴァ書房</p>

No.	学 科 教 育 目 標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	学校体育経営に関する基礎理論を理解できる。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。		
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	保健体育教員として必要なリーダーシップを発揮し、論理的にコミュニケーションをとることができる。	○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	保健体育教員として必要な倫理観、規律性を意識して取り組むことができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	学校体育カリキュラムについて、課題解決に向けて取り組むことができる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	学校体育に関わっていくために、主体的に取り組むことができる。	○
	② 働きかけ力	学校体育に関わっていくために、他者に働きかけていくことができる。	△
	③ 実行力	学校体育に関わっていくために、チャレンジ精神をもって行動することができる。	△
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	学校体育を取り巻く課題について理解し、その原因を分析することができる。	◎
	② 計画力	学校体育を取り巻く課題について、課題解決に向けた計画を立てることができる。	○
	③ 創造力	学校体育を取り巻く課題について、課題解決に向けてアイデアを出すことができる。	△
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の考えを口頭や文章で、論理的に説明することができる。	○
	② 傾聴力	他者の意見や説明を丁寧に聞いて、理解することができる。	○
	③ 柔軟性	他者の意見やアドバイスを柔軟に受け入れることができる。	△
	④ 状況把握力		
	⑤ 規律性	保健体育教員としての立場を意識して、良識ある行動をとることができる。	○
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	保健体育教員としての責任を自覚して、他者のために行動できるよう努力することができる。	○

※1 ◎授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			45		35	10			10	100
評価 の 指標	知識に関する評価		25		15					40
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		20		15	5				40
	チームワークに関する評価				5	5				10
	関心・意欲に関する評価								10	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>学校体育をめぐる今日的な諸課題を十分に理解し、説明することができる。          体育カリキュラムの編成方針、各体育・スポーツ事業の構成方法、経営過程について十分に理解し、検討することができる。</p>					<p>学校体育をめぐる今日的な諸課題を理解し、説明することができる。          体育カリキュラムの編成方針、各体育・スポーツ事業の構成方法、経営過程について理解し、検討することができる。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション 体育・スポーツ経営の概念、目的の復習	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			
第2回 /	学校体育経営の基本的特性と現代的課題	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			
第3回 /	体育・スポーツ経営の構造と学校体育経営	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			
第4回 /	学校における体育経営組織の構造と運営課題 ①体育の経営組織 ②体育主任の役割	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			
第5回 /	教科体育の計画と運営（1） ①学校の体育経営方針と体育計画 ②年間計画の立案	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第6回 /	教科体育の計画と運営（2） ①選択制授業の意義 ②選択制授業における単元計画の立案と運営組織	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）を活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			
第7回 /	体育的行事の計画と運営 ①体育的行事の意義と内容 ②体育的行事の計画・運営組織・経営評価クラブサービス	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第8回 /	体育施設・設備・用具の整備・拡充 ①施設の基礎量 ②エリアサービス	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う 面接授業	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第9回 /	学校開放事業の運営と課題	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第10回 /	運動部活動の計画と運営（1） ①運動部の教育的意義 ②クラブサービス	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第11回 /	運動部活動の計画と運営（2） ①運動部活動の年間計画の立て方 ②運動部の運営組織	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第12回 /	運動部活動の計画と運営（3） ・顧問の役割、活動の現状と課題	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第13回 /	運動部活動の計画と運営（4） ・対外試合への参加と考え方	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：授業終了時に示す課題についてレポートを作成すること。	30
	小レポート			
第14回 /	学校体育と地域スポーツとの関連 ・総合型地域スポーツクラブとの連携	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			
第15回 /	学校体育の経営評価 ①経営条件の評価、経営成績の評価 ②運動生活調査	板書、プレゼンテーションとハンドアウト（配布印刷物）、視聴覚メディアを活用し、理解度確認（小レポート）を行う	予習：講義毎に紹介する参考文献を読んでおく。 復習：講義の内容について復習し、理解する。	30
	小レポート			

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。



学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	スポーツトレーニング概論  Theory of Physical Training Method	2単位	必修	講義	2年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>健康の保持増進、競技力を向上させるうえで、体力は重要な役割を果たしている。体力は、適切な手順や方法に基づくトレーニングによって高めることができる。それを間違えると、健康を損ねたり、障害をまねいたりする。実施にあたっては、自分のレベルに応じた合理的な方法で行わなくてはならない。 トレーニング概論では、体力は何故必要なのか、健康の保持増進にとって、なぜ運動やトレーニングが必要なのかを運動学的観点から理解し、自己の体力について認識し、それぞれのスポーツ種目の特性についてその運動方法を理解し、適切なトレーニングを行うための原理・原則について理解する。</p>					
	キーワード	トレーニング 体力 性差 加齢 疾患	学修教育目標	<p>体力がなぜ必要なのか、健康の保持・増進においてトレーニングの重要性を運動学的観点から理解することができる。 トレーニングの原理・原則に沿って、それぞれのスポーツ種目、個々に合わせた運動方法について理解することができる。 運動能力の向上のみならず、個々に合わせたトレーニングの方法について運動方法学的観点から理解することができる。</p>		

授業科目の概要及び学修上の助言

体力の定義を理解し、トレーニングの意義と基本的な理論を学ぶ。  
 前回までの授業内容を踏まえて進行していくため、専用のノートを準備し、毎時、予習・復習をして授業に臨むこと。特に、資格取得を目指す学生は、各テキストの該当箇所を予習しておくことが望ましい。  
 また、授業を欠席した学生は、次回授業までに講義ノートを書き写すなどし、内容を理解しておくこと。  
 出席確認は毎時、呼称にて確認する。欠席・遅刻がないようにすること。

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツトレーニング実習」「運動生理学」「スポーツバイオメカニクス」の内容理解につながる。  
 必要に応じてレポート課題の提出をもとめる。

教科書	参考書・リザーブブック
なし	<p>書名：健康運動実践指導者 養成用テキスト                      著者名：公益財団法人 健康・体力づくり事業財団                      出版社：南江堂</p> <p>書名：健康運動指導士 養成講習会テキスト（上）（下）                      著者名：公益財団法人 健康・体力づくり事業財団                      出版社：南江堂</p> <p>書名：トレーニング指導者 理論編・改訂版                      著者名：NPO 法人日本トレーニング指導者協会                      出版社：大修館書店</p>

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	体力の定義、トレーニングの意義や基本的な理論を理解することができる。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。		
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	自分の意見をわかりやすく発信することや他者の意見を丁寧に聞くことができる。	△
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。		
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	様々な対象者に合わせたトレーニングプログラムを作成することができる。	△

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	積極的に授業に参加し、主体性を持って取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力		
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	対象者や事象に対し、アプローチすべき点を把握することができる。	◎
	② 計画力	目的に合ったトレーニングを計画することができる。	△
	③ 創造力	様々な対象者へトレーニングを計画することができる。	△
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力		
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力		
	⑤ 規律性	集団の中でルールを守り、授業に参加することができる。	○
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	トレーニングの目的や方法を理解し、それぞれの対象者に合わせたトレーニングのあり方について考えることができる。	○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			55						45	100
評価 の 指標	知識に関する評価		40						10	50
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		15							15
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価								35	35
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
体力の定義を理解している。 トレーニング方法やトレーニングの基礎理論を理解している。 目的に合ったトレーニングを計画することができる。 様々な対象者に合わせたトレーニングを計画することができる。					体力の定義を理解している。 トレーニング方法やトレーニングの基礎理論を理解している。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	トレーニングとは ①体力トレーニングの目的 ②トレーニングの三大原理、五大原則 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・トレーニングや体力に関する用語の意味を学修しておく。 ・トレーニングの原理原則について具体的な例を挙げ、説明できるようにする。	90
第2回 /	筋力トレーニング (1) ①動的トレーニングと静的トレーニングの基本処方と効果 ②筋量増強のためのトレーニング コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・静的トレーニングの強度設定について学修しておく。	30
第3回 /	筋力トレーニング (2) ①筋パワーのためのトレーニング ②筋持久力のためのトレーニング ③筋力トレーニングの基本処方と効果 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・レジスタンス運動の強度設定について学修しておく。	30
第4回 /	異なる条件での身体への反応 ①トレーニングの特異性 ②トレーニングによる生体反応 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・レジスタンス運動の負荷強度と反復回数について学修しておく。	30
第5回 /	競技力向上のためのパワートレーニング ①クイックリフト ②プライオメトリクス コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・レジスタンス運動について復習しておく。	30
第6回 /	有酸素性トレーニング ①エネルギー供給機構と運動時間 ②有酸素性トレーニングの強度設定 ③有酸素性トレーニングの基本処方と効果 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・ATPの再合成について学修しておく。	30
第7回 /	青少年期の運動・トレーニング ①暦年齢と生理学的年齢 ②各類型の発育発達 ③筋力、持久性機能の発達 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・児童期から青年期の発育発達の特徴を学修しておく。	30
第8回 /	トレーニング計画 ①トレーニング計画とは？ ②ピリオダイゼーションの目的 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・トレーニング計画について学修しておく。	30
第9回 /	女性の体力・運動能力 ①女性の身体的特徴 ②性差をもたらす体力の特徴 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・性差と体力の特徴について学修しておく。	30
第10回 /	中高年者の体力・運動能力 ①加齢に伴う体力、運動能力の変化 ②加齢に伴う身体的変化 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・加齢に伴う生理学的指標、健康関連の指標の変化について学修しておく。	30
第11回 /	障がい者における運動の意義 ①障がい者への運動指導の流れ ②運動処方における注意点 ③アダプテッドスポーツとは？ コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・アダプテッドスポーツに関する用語を理解しておく。	30
第12回 /	内科的な慢性スポーツ障害 ①貧血とは？ ②オーバートレーニング症候群とは？ ③早期発見のためのコンディショニングチェック コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・内科的疾患について学修しておく。	30
第13回 /	服薬者の運動プログラム作成上の注意 - 服薬者における運動プログラム作成の基本 - ・生活習慣病などの疾患を有する対象者への運動指導、実施上の注意 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・生活習慣病の復習と運動指導上の注意について学修しておく。	30
第14回 /	トレーニング処方 (1) ①運動プログラム作成の基本原則 ②筋力トレーニングで用いられる抵抗の種類 ③無酸素性運動のトレーニング処方 ④トレーニング効果の測定と評価の実際 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・無酸素性運動の種類や計測について学修しておく。	30
第15回 /	トレーニング処方 (2) ①有酸素運動の種類と強度指標 ②有酸素性運動のトレーニング処方 ③トレーニング効果の測定と評価の実際 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート 質疑応答	・有酸素運動の種類や計測について学修しておく。	30

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	スポーツトレーニング実習  Practice of Physical Training Method	1単位	必修	実習	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	健康を保持増進や競技力を向上させるうえで、体力は重要な役割を果たしている。体力は、適切な手順や方法に基づくトレーニングによって高めることができる。それを間違えると健康を損ねたり、障害をまねいたりする。実施にあたっては、自分のレベルに応じた合理的な方法で行わなくてはならない。 スポーツトレーニング実習においては、トレーニングの計画性、トレーニングの科学性をもたせ、さらにはトレーニングの備えるべき条件と、トレーニングの原則とその手順について運動方法学の観点から実践し理解する。スポーツ種目の特性を理解し、健康の保持増進、スポーツ種目の競技力向上をさせるためのトレーニングについて理解する。					
キーワード	トレーニング 運動方法 体力向上 運動指導	学修教育目標	トレーニングの原理・原則に従い、適切な強度のトレーニングについて運動学観点から実践することができる。 競技力向上のみならず、それぞれの対象者に合わせたトレーニングを運動方法学の観点から実践し、理解することができる。			

授業科目の概要及び学修上の助言

体力の保持・向上を目指したトレーニングの実践と運動方法を学ぶ。  
 資格取得を目指す学生は、各テキストの該当箇所を予習しておくことが望ましい。  
 また、授業を欠席した学生は、次回授業までに配布資料等、内容を理解しておくこと。  
 出席確認は毎時、呼称にて確認する。欠席・遅刻がないようにすること。  
 安全上の自己管理の対策として、履修者はスポーツウエア、トレーニングシューズの着用を義務付ける。  
 特に、安全管理のために授業にて必要としないもの（金属製品等）を身につけないよう注意すること。

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツトレーニング概論」の内容理解につながる。  
 必要に応じてレポート課題の提出をもとめる。  
 授業以外の時間に、グループでの発表準備を進めておくこと。

教科書	参考書・リザーブドブック
なし	書名：トレーニング指導者テキスト 実践編・改訂版 著者名：NPO 法人日本トレーニング指導者協会 出版社：大修館書店 書名：トレーニング指導者テキスト 実技編 著者名：NPO 法人日本トレーニング指導者協会 出版社：大修館書店

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	体力の定義、トレーニングの意義や基本的な理論を理解することができる。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	様々なトレーニングの実技実践能力を身につけることができる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	自分の意見を分かりやすく発信することや他者の意見を丁寧に聞くことができる。	○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	ルールや約束を守り、良識ある行動にて授業に参加することができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	様々な対象者に合わせたトレーニングプログラムを作成することができる。	△

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	積極的に授業に参加し、主体性を持って取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力	集団の中でリーダーシップを発揮し、目標達成の働きかけを行うことができる。	◎
	③ 実行力	計画したプログラムを確実に実行することができる。模範となる運動方法を提示することができる。	◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	誤った運動方法を明確にすることができる。	○
	② 計画力	環境・状況に応じたプログラムを計画することができる。	○
	③ 創造力	他者の意見を取り入れ、新たなプログラムを作成することができる。	○
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見をわかりやすく説明することができる。	△
	② 傾聴力	他者の意見を丁寧に聞いて、理解することができる。	△
	③ 柔軟性	自分の意見だけでなく、他者の意見を受け入れることができる。	△
	④ 状況把握力	状況に応じ、臨機応変に対応することができる。	△
	⑤ 規律性	集団の中でルールを守り、授業に参加することができる。	○
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	適切な知識と行動でトレーニングを指導することができる。	○

※1 ◎授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			30			50			20	100
評価 の 指標	知識に関する評価		30			5				35
	技能に関する評価					15				15
	応用力に関する評価					5				5
	チームワークに関する評価					15				15
	関心・意欲に関する評価					10			20	30
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>模範となる運動方法を提示することができる。  自分の意見だけでなく、他者の意見も取り入れ、課題を完成することができる。  環境・状況に応じたプログラムを作成することができる。  指導の場面で指導者として適切な行動がとれる。  妥当性の高いトレーニング種目を選択することができる。</p>					<p>模範となる運動方法を提示することができる。  自分の意見だけでなく、他者の意見も取り入れ、課題を完成することができる。  集団の中でルールを守り、授業に参加することができる。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	身体活動の必要性 実技 グループ課題 コメントシート	講義 グループワーク	・グループにて身体活動の必要性について確認する。	30
第2回 /	ウォーミングアップとクリーンダウンの理論と実際 ①実習の進め方と実技の際の留意事項連絡 ②ウォーミングアップ・クリーンダウンの必要性について 実技 グループ課題	実習	・グループにてウォーミングアッププログラム、クーリングダウンプログラムを見直し、修正が必要な場合は修正しておく。	30
第3回 /	スピード向上のためのトレーニング (2) - SAQトレーニング - ・ラダートレーニング応用 実技 グループ課題 コメントシート	実習	・グループにてウォーミングアップ、クーリングダウンプログラムの確認。 ・授業内容をまとめておく。	30
第4回 /	無酸素性運動 (1) ・アジリティの測定 実技 グループ課題 コメントシート	実習	・グループにてウォーミングアップ、クーリングダウンプログラムの確認。 ・授業内容をまとめておく。	30
第5回 /	無酸素性運動 (2) ①30m走 ②40秒間走 課題	実習	・実施記録で確認。 ・確認テストで理解度の確認。	30
第6回 /	レジスタンストレーニング (1) - 静的収縮のレジスタンストレーニング - 実技 グループ課題 コメントシート	実習	・グループにてウォーミングアップ、クーリングダウンプログラムの確認。 ・授業内容をまとめておく。	60
第7回 /	レジスタンストレーニング (2) - 動的収縮のレジスタンストレーニング - ① 自重負荷 実技 グループ課題 コメントシート	実習	・実施記録で確認。 ・授業内容をまとめておく。	60
第8回 /	レジスタンストレーニング (3) - 動的収縮のレジスタンストレーニング - ①筋肥大・筋持久力向上を目的としたトレーニング ② 身近な負荷を用いたトレーニング 課題	実習	・実施記録で確認。 ・確認テストで理解度の確認。	60
第9回 /	競技力向上のためのパワートレーニング - プライオメトリクス - ①下肢・上肢のプライオメトリクス ③ メディシンボールを利用したトレーニング 課題	実習	・実施記録で確認。 ・確認テストで理解度の確認。	60
第10回 /	ストレッチング ①動的と静的 ②セルフストレッチとペアストレッチ 実技 グループ課題 コメントシート	実習	・実施記録で確認。 ・授業内容をまとめておく。	60
第11回 /	有酸素性運動 ①12分間走 ②最大酸素摂取量を求める 実技 グループ課題 コメントシート	実習	・グループにてウォーミングアップ、クーリングダウンプログラムの確認。 ・計測結果を記しておく。	60
第12回 /	高齢者へのトレーニング指導 - 介護予防のためのトレーニング - ・転倒を防止するためのトレーニング 課題	実習	・実施記録で確認。 ・確認テストで理解度の確認。	60
第13回 /	生活習慣病に対する運動療法 (1) - 高血圧症を有する対象者へのプログラム作成 - ①レジスタンストレーニングを用いる場合 ②服薬者を対象とした場合の注意 - 変形性関節症を有する対象者へのプログラム作成 - ① 変形性膝関節症の場合 ② 変形性股関節症の場合 課題	実習	・実施記録で確認。 ・確認テストで理解度の確認。	60
第14回 /	生活習慣病に対する運動療法 (2) - 腰痛症を有する対象者へのプログラム作成 - ①体幹のトレーニングとストレッチ ③ 神経症状を有する対象者への禁忌事項 課題	実習	・実施記録で確認。 ・確認テストで理解度の確認。	60
第15回 /	トレーニング実習のまとめ 課題 コメントシート	実習	・実施記録で確認。 ・授業内容をまとめておく。	60

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段：英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	体力測定評価法  Evaluating Method of Physical Fitness	2単位	必修	講義	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	生涯にわたり日常生活に必要な体力と健康増進および、運動に親しむ基盤としての体力向上・健康維持を教科目として次の達成目標について、実施目標をたてる。					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	健康や体力の維持増進 体力・運動能力の測定方法 体力づくり	学修教育目標	健康や体力の維持増進について学ぶことができる。 体力・運動能力の測定方法（筋力の測定、持久力の測定、瞬発力の測定、スピード・敏捷性の測定、柔軟性、 形態の測定）について学ぶことができる。 運動学の理論と実践をテーマとし、競技力・健康・体力の重要性について学ぶことができる。 日常生活に必要な健康維持・体力づくりおよび競技力向上のための体力づくりについて学ぶことができる。			
-------	-------------------------------------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

授業は講義にて行い、必要に応じ関連する資料の投影をおこなう。 健康・体力・トレーニングに関する書籍を読んでおくこと。 特に、資格取得を目指す学生は、各テキストの該当箇所を予習しておくこと。						
--	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「体力測定評価法実習」と関連する。						
-------------------	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブブック			
なし			書名：フィットネスチェックハンドブック 著者名：独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター 国立スポーツ科学センター 出版社：大修館書店			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）			
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	各体力要素と測定項目の関連性について答えることができる。 各測定項目のプロトコールを答えることができる。			◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。				
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。				
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。				
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。				

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）			
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	集団や組織（チーム）の中で自分の役割と責任を判断し、自ら進んで取り組むことができる。			○
	② 働きかけ力				
	③ 実行力	自分に必要な目的を理解し目標を設定して行動することができる。			○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自分を客観的に観察し現状を把握し、課題を見つけ解決しようとするすることができる。			○
	② 計画力				
	③ 創造力				
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力				
	② 傾聴力				
	③ 柔軟性				
	④ 状況把握力				
	⑤ 規律性	ルールや約束を守り、良識ある行動をとることができる。			◎
	⑥ ストレスコントロール力				
4. 倫理観	① 倫理性	他者の事を考えながら授業を受けることができる。			◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50	40					10	100
評価 の 指標	知識に関する評価		40	30						70
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		10	10						20
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価								10	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
①各体力要素と測定項目の関連性について十分に理解している。 ②各測定項目のプロトコルを十分に答えることができる。 ③クライアントにより測定可否について判断することができる。 ④測定結果を評価することができる。					①各体力要素と測定項目の関連性について概ね理解している。 ②各測定項目のプロトコルを概ね答えることができる。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。



**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	測定の意味 ①体力・運動能力が果たす役割 ②各年代別の健康と体力特性	講義	体力・運動能力が果たす役割について学修しておく。	30
	小テスト			
第2回 /	『新体力テスト』実施の手順 ①実施計画 ②測定値の信頼性と測定方法の見直し	講義	新体力テスト（測定項目）の実施方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第3回 /	測定結果の活用法（1） ①運動処方にも活用するまでの一般的な手順 ②絶対的基準の相対的基準	講義	新体力テスト（測定項目）の評価方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第4回 /	測定結果の活用法（2） ①相対値と実測値 ②測定結果の評価	講義	新体力テスト（測定項目）の評価方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第5回 /	柔軟性の見方 ①柔軟性の定義、構成要素 ②関節不安定性と関節弛緩性	講義	柔軟性を測定評価する方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第6回 /	身体組成の見方 ①身体組成の定義 ②体脂肪率の算出方法	講義	身体組成を測定評価する方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第7回 /	筋力の見方 ①筋力測定の方法 ②徒手筋力テストと周径囲測定	講義	筋力を測定評価する方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第8回 /	フィールドテストの紹介 アスリートに対するフィールドテスト	講義	フィールドテストを測定評価する方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第9回 /	有酸素性能力の測定方法と運動強度設定 ①最大酸素摂取量の評価 ②乳酸性作業閾値の評価 ③ 主観的運動強度	講義	有酸素性能力を測定評価する方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第10回 /	健康に関連した体力の測定と評価（1） ①高齢者の体力の特徴 ②高齢者における体力測定の意義と役割、留意点	講義	高齢者の新体力テスト（測定項目）の実施方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第11回 /	健康に関連した体力の測定と評価（2） ①介護予防における体力測定の意義と役割 ②評価方法	講義	下肢筋力テスト、全身持久力テストの実施方法を学修しておく。	30
	小テスト			
第12回 /	測定値を活用した運動処方 ①推奨される運動様式と運動強度 ②運動強度の指標（心拍数、自覚的運動強度、各身体活動の消費エネルギー）	講義	高齢者の体力を評価する方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第13回 /	年代における測定と評価の配慮事項 ①新体力テストの特徴と構成 ②各年代における測定方法（測定者と被測定者）	講義	年代に応じた体力の測定評価の方法について学修しておく。	30
	小テスト			
第14回 /	各測定に関する安全管理 ①測定者、補助員の注意事項 ②測定実施後の注意事項	講義	年代に応じたテストの実施方法の安全管理について学修しておく。	30
	小テスト			
第15回 /	体育測定評価のまとめ	講義	今までの測定評価の手法を学修しておく。	30
	小テスト			

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段：英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 「体育原理、体育心理学、体育経営管理 学、体育社会学、体育史」・運動学（運動 方法学を含む。）	体力測定評価法実習  Measurement and Assessment of Physical Fitness	1単位	必修	実習	3年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	体力要素は運動に関する要素のみではなく、健康に関連する要素も含まれる。日常生活を行う上で、仕事を含めた日常生活を営むのに十分な体力があるかどうかを、「生活を良好な状態で送るのに有利な体力」と「病気を予防するのに有利な体力」の両面から体力の測定および評価を行う。 運動方法学の観点から、筋力の測定、持久力の測定、瞬発力の測定、敏捷性の測定、柔軟性の測定、形態の測定を行い、測定方法や留意事項について学ぶ。 測定後には、体力・運動能力を客観的に分析し、運動処方（健康・体力・競技力の向上）に役立てることを目標とする。
--------	--

キーワード	体力測定 測定方法 運動処方	学修教育目標	筋力の測定、持久力の測定、瞬発力の測定、敏捷性の測定、柔軟性の測定、形態の測定を行い、測定方法や留意事項について説明することができる。 客観的に体力を分析することができる。
-------	----------------------	--------	---

授業科目の概要及び学修上の助言

体力測定の意義を理解し、具体的な実施方法、評価を学ぶ。 前回までの授業内容を踏まえて進行していくため、専用のノートを準備し、毎時、予習・復習をして授業に臨むこと。特に、資格取得を目指す学生は、各テキストの該当箇所を予習しておくことが望ましい。また、授業を欠席した学生は、次回授業までに講義ノートを書き写すなどし、内容を理解しておくこと。 測定（実技）と評価を交互に繰り返すような方法で実施する。安全上の自己管理の対策として、履修者はスポーツウエア、トレーニングシューズの着用を義務付ける。特に、安全管理のために授業にて必要としないもの（金属製品等）を身につけないよう注意すること。 出席確認は毎時、学生証リーダーにて確認する。欠席・遅刻がないようにすること。
--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「体力測定評価法」の内容理解につながる。
----------------------

教科書	参考書・リザーブブック
なし	書名：フィットネスチェックハンドブック 著者名：独立行政法人日本スポーツ振興センター ハイパフォーマンススポーツセンター 国立スポーツ科学センター 出版社：大修館書店

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	各体力要素や測定方法を説明することができる。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	測定者として、安全かつ正確な測定を実施することができる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	測定が円滑に進むよう協力し合い、測定を実施することができる。	○
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	ルールや約束を守り、良識ある行動にて授業に参加することができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	測定結果を客観的に評価し、安全で効率的な運動を処方することができる。	△

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	積極的に授業に参加し、主体性を持って取り組むことができる。	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	安全な測定を実施することができる。	◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	誤った測定方法を明確にすることができる。	○
	② 計画力	計画性を持って測定を実施することができる。	○
	③ 創造力		
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	測定結果や運動処方を文章にて、わかりやすく発信することができる。	○
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力	様々な対象者がいることを理解し、それぞれに応じた測定方法・運動処方を理解することができる。	△
	⑤ 規律性	集団の中でルールを守り、授業に参加することができる。	○
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	決められた測定手法にもとづき、安全で正確な測定をすることができる。	○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			40		40				20	100
評価 の 指標	知識に関する評価		30		20					50
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		10		10					20
	チームワークに関する評価								10	10
	関心・意欲に関する評価				10				10	20
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>それぞれの測定方法を説明することができる。 安全かつ正確な手法で測定を実施することができる。 測定結果にもとづき、安全で効率的な運動を処方することができる。 様々な対象者に合わせた運動を処方することができる。</p>					<p>それぞれの測定方法を説明することができる。 安全かつ正確な手法で測定を実施することができる。 測定結果を客観的に評価することができる。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション ①体力、運動能力測定の意義と方法 ②メディカルチェックの重要性 コメントシート	実技、演習	・新体力テスト（測定項目）の実施方法について学修しておく。	30
第2回 /	体力・運動能力テスト①（1） - 新体力テストの実施（20～64歳対象） - ・基礎体力 実技 コメントシート	実技、演習	・新体力テスト（測定項目）の実施方法について学修しておく。 ・体調を管理しておく	30
第3回 /	体力・運動能力テスト①（2） - 新体力テストの実施（20～64歳対象） - ・その他の体力 実技 コメントシート	実技、演習	・新体力テスト（測定項目）の実施方法について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第4回 /	体力・運動能力テスト①（3） - 新体力テストの実施（20～64歳対象） - ・全身持久力 実技 コメントシート	実技、演習	・新体力テスト（測定項目）の実施方法について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第5回 /	体力・運動能力①の評価 ①新体力テスト（20～64歳）の結果を診断 ②全国平均、学内の結果を基に、自身の体力を客観的に評価 レポート課題①	実技、演習	・新体力テストの評価システムについて学修しておく。 ・レポート課題を期限内に提出する。	90
第6回 /	体力・運動能力テスト②（1） - 新体力テストの実施（12～19歳対象） - ・スピード、パワー 実技 コメントシート	実技、演習	・スピード、パワーに影響を与える因子について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第7回 /	体力・運動能力テスト②（2） - 新体力テストの実施（12～19歳対象） - ・敏捷性 実技 コメントシート	実技、演習	・敏捷性に影響を与える因子について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第8回 /	体力・運動能力テスト②（3） - 新体力テストの実施（12～19歳対象） - ・バランス能力 実技 コメントシート	実技、演習	・バランス能力に影響を与える因子について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第9回 /	体力・運動能力テスト②（4） - 新体力テストの実施（12～19歳対象） - ・柔軟性 実技 コメントシート	実技、演習	・柔軟性に影響を与える因子について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第10回 /	体力・運動能力テスト②（5） - 新体力テストの実施（12～19歳対象） - ・瞬発力 実技 コメントシート	実技、演習	・瞬発力に影響を与える因子について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第11回 /	体力・運動能力テスト②（6） - 新体力テストの実施（12～19歳対象） - ・バネ力 実技 コメントシート	実技、演習	・バネ力に影響を与える因子について学修しておく。 ・体調を管理しておく。	30
第12回 /	体力・運動能力テスト②の評価 ①体力・運動能力テスト②の結果を診断 ②全国平均または学内の結果を基に、自身の体力を客観的に評価 レポート課題②	実技、演習	・全国平均値がある場合とない場合における体力・運動能力テストの評価方法について学修しておく。 ・レポート課題を期限内に提出する。	90
第13回 /	高齢者に対する体力測定と評価（1） ①高齢者の体力的特徴 ②中高年者、高齢者の測定種目の実施とADLテスト 実技 コメントシート	実技、演習	・高齢者の身体的な特徴を理解しておく。 ・65～79歳対象（新体力テスト）の実施方法について学修しておく。	30
第14回 /	高齢者に対する体力測定と評価（2） ①介護予防のための体力テスト ②実施内容と注意事項 実技 コメントシート	実技、演習	・下肢筋力テスト、全身持久力テストの実施方法を学修しておく。	30
第15回 /	体育測定評価のまとめ レポート課題③	実技、演習	・今までの測定評価の手法を学修しておく。	90

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めた時間を取りよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 生理学（運動生理学を含む。）	運動生理学 Exercise Physiology	2単位	必修	講義	2年次	春学期
<b>授業科目の学修教育目的・目標</b>						
学修教育目的	<p>運動生理学は、20世紀前半はスポーツ活動に科学的根拠を与えるものとして重要であったが、20世紀後半には健康の維持・増進を考える基礎となる役割を果たしてきた。そこで、運動生理学の基礎となる生理学を分類し運動生理学の位置付けを理解すると共に、運動によって体にどのような変化が生じるのか、その現象のしくみを理解することを目的とする。</p>					
キーワード	運動 スポーツ 身体 生理機能 代謝	学修教育目標	<p>運動不足が体力に及ぼす影響について理解することができる。そして運動に対するヒトの生理的適応能力について理解し、目的に応じた適切な運動処方を作成するための能力を身につけることができる。</p>			
<b>授業科目の概要及び学修上の助言</b>						
<p>運動やスポーツ活動中における身体の生理的变化について生理・生化学的知識を解説する。復習では授業毎のワークシートを整理し教科書の内容の振り返りを行い、理解が難しいことは授業やオフィスアワーを活用して積極的に質問し、知識の理解に努めることが望ましい。</p>						
<b>他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能</b>						
<p>「機能解剖学」や「生理生化学」と関連し、「スポーツ医学概論」や「スポーツ栄養学」、「衛生・公衆衛生学」、「スポーツトレーニング概論」を中心に多くの関連する科目の学修内容を理解するための基礎となる。</p>						
<b>教科書</b>			<b>参考書・リザーブブック</b>			
なし			<p>書名：生体のしくみ標準テキスト 第3版 著者名：高松 研 出版社：医学映像教育センター</p>			
No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）				
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	運動と身体機能との関係として、臓器や運動器の代謝調節系を中心とした生理メカニズムを理解する。				◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。					
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。					
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。					
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。					
<b>授業科目における社会人基礎力の育成目標</b>						
分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）				
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	授業の予習、復習に主体的に取り組むことができる。				◎
	② 働きかけ力	ペアワークやグループワーク課題において、他者に働きかけながら課題解決に取り組むことができる。				○
	③ 実行力	学修課題を設定し、計画的に予習と復習に取り組むことができる。				◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	授業内容を分析し、学修課題を抽出し課題の解決に取り組むことができる				○
	② 計画力	授業の予習を計画的に進め、授業内容や小テストの課題について復習と振り返りを実行できる				○
	③ 創造力	他の科目との関連性を見出し、生理学的な知識の理解を深めることができる				○
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力					
	② 傾聴力					
	③ 柔軟性					
	④ 状況把握力					
	⑤ 規律性					
	⑥ ストレスコントロール力					
4. 倫理観	① 倫理性	身体の生理機能を理解し、運動やスポーツ実施時の生理的負担度や知識の応用を考えることができる。				○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			55						45	100
評価 の 指標	知識に関する評価		40						10	50
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		15							15
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価								35	35
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>運動やスポーツ活動を支持する身体機能の生理学的な基礎知識を十分に理解している。  運動やスポーツ活動における身体機能の変化について、代謝調節系を中心とした生理メカニズムを十分に理解している。  各項目の理解度が80%以上を満たしている。</p>					<p>運動やスポーツ活動を支持する身体機能の生理学的な基礎知識を理解している。  運動やスポーツ活動における身体機能の変化について、代謝調節系を中心とした生理メカニズム理解している。  各項目の理解度が60%～80%である。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	筋収縮とエネルギー供給系 - 筋の種類と構造、エネルギー源、ATP の産生ルート -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：筋収縮とエネルギー供給系について、ATP 産生が持つ意味を復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：筋収縮の仕組みとエネルギー供給機構の特徴とその概略について予習する。	60
第2回 /	筋収縮とエネルギー供給系 - 筋線維の種類、筋線維組成、トレーニングによる筋線維組成の変化 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：筋線維の種類と構造、筋の収縮特性とトレーニングに対するエネルギー供給機能との関係について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：筋線維組成とトレーニングに対する筋線維の適応変化の機序について予習する。	60
第3回 /	筋の収縮様式と筋力 - 筋の収縮様式と各収縮様式の特徴、トレーニングによる筋力の変化、筋線維数の変化、筋線維の肥大 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：筋の収縮様式と筋力発揮の仕組みについて、筋線維の肥大の機序を中心に復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：骨格筋の仕組みと形態的な特徴による分類、性質を予習する。	60
第4回 /	骨格筋系と運動① - 骨格筋のしくみと分類、骨格筋の一般的な性質 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：骨格筋の仕組みと分類を整理し、運動における一般的な性質について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：さまざまな運動の種類と骨格筋との関係について予習する。	60
第5回 /	骨格筋系と運動② - さまざまな運動と骨格筋との関係 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：骨格筋と運動との関係について、種々の運動時における骨格筋線維の動員様式と代謝の特性について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：運動時における循環器系の役割について予習する。	60
第6回 /	循環器系と運動 - 心臓の機能と構造、血液成分、運動時における心臓の働き、トレーニングによる循環器の変化 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：循環器系の機能として、心能と構造、血液成分の分類、トレーニングによる心筋機能の変化について復習する。	90
	小テスト・受講態度を評価		予習：運動時の呼吸器系の役割として酸素摂取量と無酸素性作業閾値について予習する。	60
第7回 /	呼吸器系と運動 - 呼吸とは、肺換気、ガス交換、呼吸商、酸素摂取量、酸素負荷量、無酸素性作業閾値 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：運動における呼吸器系の仕組みと呼吸機能の構成要素について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：運動や動作発揮における神経系の役割について予習する。	60
第8回 /	神経系と運動 - 中枢神経系と末梢神経系の構造と役割、運動の調節のしくみ -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：運動における中枢神経系と末梢神経系との関わりや運動発現の仕組みについて復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：神経系の構造と機能、運動単位の動員の仕組みについて予習する。	60
第9回 /	神経系と運動 - 神経情報の伝導・伝達における変化、運動単位と動員パターン -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：運動時の神経系の情報伝達の機序、運動強度や筋収縮特性に応じた運動単位の動員パターンについて復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：運動における内分泌系の役割と仕組みについて予習する。	60
第10回 /	内分泌系と運動 - ホルモンの種類、ホルモンの受容体、ホルモンが作用するメカニズム、身体活動に関与するホルモンの作用、運動時の代謝調節 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：運動時の内分泌系や代謝調節系の制御に関わるホルモンの種類や作用について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：運動時のエネルギー代謝の特徴について予習する。	60
第11回 /	運動中の基質・エネルギー代謝 - 運動の継続時間とエネルギー供給システム -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：運動の強度や時間に対するエネルギー基質とエネルギー供給機構との関係について復習する。	90
	小テスト・受講態度を評価		予習：高温環境下での運動における代謝特性や体温調節の仕組みについて予習する。	60
第12回 /	高温環境と運動 - 熱の移動、体温調節のしくみ、運動時の体温調節、熱中症の発生と予防 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：高温環境下での運動時の体温調節の仕組み、熱中症の仕組みと予防方法について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：水中環境のもつ特性と水中運動時に身体にかかる負荷について予習する。	60
第13回 /	水中環境と運動 - 水中環境（浮力・水の粘性と抵抗・水圧・水温）、水中運動療法 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：水中環境での運動によるエネルギー代謝特性と水の特性を利用した水中運動療法のしくみについて復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：歩行動作を中心に陸上での運動の特徴や身体への負荷について予習する。	60
第14回 /	陸上での運動・動作各論（歩行）、運動処方 - 陸上での運動と動作について、運動処方とは、運動処方の実際 -	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：陸上での各種運動におけるエネルギー代謝特性と運動処方としての陸上運動の効果や役割について復習する。	90
	コメントシート・受講態度を評価		予習：種々の運動における身体の生理的变化の特徴や仕組みについて予習する。	60
第15回 /	運動生理学に関するまとめ	講義 コメントシート作成 質疑応答	復習：これまでの授業内容を理解しておく。	90
	コメントシート・受講態度を評価			

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 衛生学・公衆衛生学	衛生・公衆衛生学 Hygiene and Public Health	2単位	必修	講義	2年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>公衆衛生学は、組織された地域社会の努力を通して、人々を疾病から守り、健康を保持・増進させるため、医学を含めた自然科学および関連する社会科学諸分野の手法を駆使して、人間社会の健康上の諸問題を解決する知識を身につける。</p> <p>本講義では、衛生・公衆衛生学の概念と方法論を学ぶ。「健康」とは何か、「予防」とは何か。そしてその指標は何か。人間を取り巻く自然・環境の様々な要因が集団や個人の健康に及ぼす影響などについて、疾病予防やヘルスプロモーションへのアプローチの方法等を踏まえ習得する。また、日本国内だけでなく世界にも目を向け、広く保健・医療・福祉のシステムを理解する。</p> <p>また、「集団の健康」について考え、それをよりよくするための課題を整理し、解決方向を見出す能力を修得し、判断できるようになる。</p>					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	学修教育目標	衛生 公衆衛生 健康 疾病予防	公衆衛生学の基本的な概念が説明できる。 「健康」と「予防」の意味とその指標が説明できる。 ヘルスプロモーションの概念とアプローチの方法が説明できる。 公衆衛生の諸分野の概要が説明できる。
-------	--------	--------------------------	--

授業科目の概要及び学修上の助言

衛生・公衆衛生の概念と方法論として、集団の健康や疾病予防について人間を取り巻く環境系を含めた公衆衛生学の基本的な知識を解説する。授業の前半、後半に授業内容の理解度を確認するための小テストを実施し、最終段階で集団の健康の保持・増進に関する課題として、疾病予防のあり方についてレポートをまとめる。このため、授業毎で内容を整理して振り返りを行い、理解が難しいことは授業やオフィスアワーを活用して積極的に質問し、知識の理解に努めることが望ましい。					
---	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツ医学概論」や「学校保健」、「運動生理学」と関連し、健康教育学領域における科目の学修内容を理解するための基礎となる。					
--	--	--	--	--	--

教科書	参考書・リザーブブック
書名：学生のための現代公衆衛生 著者名：野中 浩一 出版社：南山堂	書名：国民衛生の動向 著者名： 出版社：厚生統計協会

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	集団の健康の保持・増進の考え方として、公衆衛生における疫学や疾病予防の方法論、ヘルスプロモーションの概念を理解する。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。		
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。		
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。		
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。		

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	授業の予習、復習に主体的に取り組むことができる。	○
	② 働きかけ力		
	③ 実行力		
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	授業内容を分析し、学修課題を抽出し課題の解決に取り組むことができる。	○
	② 計画力		
	③ 創造力	他の科目との関連性を見出し、衛生・公衆衛生学に関する知識の理解を深めることができる。	△
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力		
	② 傾聴力	ペアワークやグループワーク課題において、他者に意見を傾聴し、意見の受容や尊重することができる。	○
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力	学修課題を設定し、計画的に予習と復習に取り組むことができる。	○
	⑤ 規律性	ペアワークやグループワークを実施する際、ルールや約束を守り適切な態度で取り組むことができる。	△
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	衛生・公衆衛生の基本的な知識を理解し、他者や集団の健康のあり方について考えることができる。	△

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力



達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50	35					15	100
評価 の 指標	知識に関する評価		35	25						60
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		15	10						25
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価								15	15
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
衛生・公衆衛生学を構成する疫学や疾病予防の方法論、集団の健康のあり方やヘルスプロモーションの概念を十分に理解している。 人間を取り巻く環境系や集団と個人の健康との関係を十分に理解している。 各項目の理解度が80%以上を満たしている。					衛生・公衆衛生学を構成する疫学や疾病予防の方法論、集団の健康のあり方やヘルスプロモーションの概念を理解している。 人間を取り巻く環境系や集団と個人の健康との関係を理解している。 各項目の理解度が60%~80%である。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	公衆衛生学概論 ①公衆衛生の概念 ・ 衛生学と公衆衛生学 ・ 健康とは ②公衆衛生の歴史	講義	復習：衛生学と公衆衛生学との違い、公衆衛生の概念と歴史を整理し、健康と環境との関係について復習する。	60
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：疫学や予防医学をはじめとした公衆衛生活動の主な内容について予習する。	90
第2回 /	疫学的方法、予防医学 ①疫学 ②健康の多要因と予防医学	講義	復習：公衆衛生学の主要な活動として、疫学的研究方法や予防医学の意味と社会における役割について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：健康の指標や人口に関する統計指標と健康寿命の意味について予習する。	60
第3回 /	健康の指標 ①人口動態統計と人口静態統計 ②健康状態と受療状況 ③生命表と健康寿命	講義	復習：人口動態と人口静態との違いを整理し、健康状態と受療状況の現状、健康寿命に関連する新しい指標の意味について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：人間を取り巻く環境や環境要因の分類について予習する。	60
第4回 /	環境保健 ①人間の環境 ②環境要因 ③公害と環境問題	講義	復習：人間と環境の関連について整理し、環境要因の分類や公害と環境問題について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：近年の感染症の動向とその予防方法について予習する。	60
第5回 /	感染症とその予防 ①感染症とは、感染症の予防 ②感染症法 ③主要な感染症	講義	復習：主要な感染症とその動向を整理し、予防対策に関わる感染症法について復習する。	90
	授業の出席、受講態度、小テストを評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：身の回りの食品の安全性や衛生管理、栄養摂取の現状について予習する。	60
第6回 /	食品保健と栄養 ①食品と健康、食中毒 ②食品の安全性の確保 ③栄養の現状	講義 小テスト	復習：食品の安全と食中毒との関係について食品衛生管理の在り方を復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：健康教育の現状と課題として、ヘルスプロモーションの意味について予習する。	60
第7回 /	健康教育とヘルスプロモーション ①健康教育とは ②ヘルスプロモーションとは	講義	復習：健康教育の主な内容を整理し、ヘルスプロモーション活動の推進方法について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：健康日本 21 の内容と生活習慣病予防が健康の保持に果たす役割について予習する。	60
第8回 /	生活習慣病 ①生活習慣病の現状 ②健康日本 21 と健康増進法 ③健康と栄養 ・ 運動 ・ 休養 ・ たばこ	講義	復習：生活習慣病の主な内容と危険因子、健康増進法等の法令の変遷について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：国内外の医療制度や高齢者の保健、介護の問題について予習する。	60
第9回 /	医療の制度、高齢者医療 ①医療保障と医療保険、公費医療 ②高齢者保健と介護保険	講義	復習：医療制度の現状を整理し、高齢者保健と介護保険のもつ意味とその課題について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：地域における保健活動や医療サービスの提供体制について予習する。	60
第10回 /	地域保健活動 ①地域保健法と理念 ・ 医療サービスの提供体制 ②地域保健活動 ③救急・災害医療	講義	復習：地域保健の主要な活動と体制、地域における救急・災害医療の内容と課題について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：母子保健を構成する統計指標と保健施策について予習する。	60
第11回 /	母子保健 ①母子保健の統計 ②母子保健施策	講義 小テスト	復習：母子保健の施策の内容と変遷、女性の健康支援のための現状と課題について復習する。	90
	授業の出席、受講態度、小テストを評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：学校保健の関係法令、保健管理や感染症予防について予習する。	60
第12回 /	学校保健 ①学校保健とそれを支える関係法令 ②学校における保健管理、感染症予防、環境衛生 ③学校給食と食育	講義	復習：学校保健を支える養護教諭の役割や保健管理、環境衛生の在り方を整理し、食育の重要性について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：職業病や労働環境、労働衛生管理と健康状態との関係について予習する。	60
第13回 /	産業保健 ①労働環境と労働衛生管理 ②作業関連疾患とその予防、対策 ③トータルヘルスプロモーション	講義	復習：労働者の作業環境や衛生管理、新たな職業病の名称とその予防対策、職場における取り組みの在り方について復習する。	90
	授業の出席、受講態度を評価、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：精神医療の歴史や関連する制度、国際的な保健医療の現状と課題について予習する。	60
第14回 /	精神保健福祉 ①精神医療の歴史 ②精神保健福祉の諸制度と課題	講義	復習：精神保健福祉における医療制度の変遷と現状、将来へ向けての課題について復習する。	90
	授業の出席、受講態度、学修内容に即した質問は加点評価。		予習：国際保健の現状や医療制度について予習する。	60
第15回 /	国際保健、まとめ ①国際保健の現状と課題 ②国際保健の担い手	講義	復習：国際保健の現状や医療制度を整理し、今後の国際保健医療の課題について復習する。	120
	授業の出席、受講態度、学修内容に即した質問は加点評価。			

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 学校保健（小児保健、精神保健、学校安全及び救急処置を含む。）	救急処置（含実習） First Aid and CPR Training (including Practice)	2単位	必修	講義	3年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	救急処置の指導内容として、基礎学において事故防止、安全に対する意識を高めさせ「いのちの大切さ」と「なぜ救急法を学ぶのか」について理解する。救急法の基礎知識（心肺蘇生法・止血・意識障害等）、救急処置の実際、災害時への備えと心構えなどを学ぶ。スポーツ傷害防止のためのテーピング実習もとりいれ、傷害防止としてのテーピングの技術を修得する。	
	キーワード 応急処置 心肺蘇生法 テーピング	学修教育目標 スポーツ現場で発生する傷害に対し、応急処置ができる。 救急法の基礎知識を理解し、実践することができる。

授業科目の概要及び学修上の助言

救急法の基礎知識や救急処置の実際等を学ぶ。 前回までの授業内容を踏まえて進行していくため、専用のノートを準備し、毎時、予習・復習をして授業に臨むこと。特に、資格取得を目指す学生は、各テキストの該当箇所を予習しておくことが望ましい。また、授業を欠席した学生は、次回授業までに講義ノートを書き写すなどし、内容を理解しておくこと。 理論と実技・評価を交互に繰り返すような方法で実施する。お互いが、処置者と疾病者として分かれて実習を行う。 出席確認は毎時、呼称にて確認する。欠席・遅刻がないようにすること。
--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

「スポーツ医学概論」「スポーツ傷害論」の理解につながる。
------------------------------

教科書	参考書・リザーブブック
なし	書名：アスレティックトレーナー専門科目テキスト 予防とコンディショニング 著者名：公益財団法人 日本スポーツ協会 出版社：文光堂 書名：アスレティックトレーナー専門科目テキスト 救急処置 著者名：公益財団法人 日本スポーツ協会 出版社：文光堂

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	救急法の基礎知識を理解し、具体的な処置の手順を説明することができる。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	救急法の基礎知識を理解し、効果的な処置を的確に素早くできる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	他者と協力し、適切な処置が実施できる。	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	ルールや約束を守り、良識ある行動にて授業に参加することができる。	◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	傷病者が発生した際、対応できるための実践力を修得することができる。	○

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	集団の中で自分の役割と責任を判断し、主体性を持って行動することができる。	◎
	② 働きかけ力	集団の中でリーダーシップを発揮し、他者を動かしながら目標達成の働きかけを行うことができる。	◎
	③ 実行力	何事にもチャレンジ精神で行動することができる。	◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自分を客観的に観察し、現状を把握する中で課題を抽出し問題を解決することができる。	○
	② 計画力	進捗状況や不測の事態に合わせて、柔軟に計画を修正することができる。	○
	③ 創造力	成功イメージを常に意識しながら、解決策を作り出すことができる。	○
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見を分かりやすく伝えることができる。	○
	② 傾聴力	相手が話しやすい環境を作り、相手の意見を引き出すことができる。	○
	③ 柔軟性	他者の意見やアドバイスを受け入れ、自己向上に活かせる。	◎
	④ 状況把握力	状況を把握し、自分の役割を果たすことができる。	◎
	⑤ 規律性	集団におけるルールを守り、授業に参加することができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスは自己成長を促す機会とポジティブに捉えることができる。	○
4. 倫理観	① 倫理性	傷病者が発生した際、適切な行動をとることができる。	◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50			30			20	100
評価 の 指標	知識に関する評価		50			5				55
	技能に関する評価					10				10
	応用力に関する評価					5				5
	チームワークに関する評価					5				5
	関心・意欲に関する評価					5			20	25
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<p>スポーツ現場で傷害が発生した際の初期行動を説明することができる。            ガイドラインに従い、救急処置を実践できる。            他者評価を受け入れ、自己スキルの向上に役立てることができる。</p>					<p>スポーツ現場で傷害が発生した際の初期行動を説明することができる。            ガイドラインに従い、救急処置を実践できる。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 ／	なぜ救急法を学ぶのか - 事故・急病者に対する対応策 - コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート	・救急処置の重要性、スポーツの現場での傷害の評価方法を学修しておく。	30
第2回 ／	多い事故と障害 ①学校の事故と傷害 ②家庭の事故と傷害 ③職場の事故と傷害 コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート	・熱中症について学修しておく。	30
第3回 ／	外傷に対する救急処置 - 頭部外傷・胸部外傷・胸部外傷・四肢の外傷等の処置方法 - コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート	・外傷後の救急処置について学修しておく。	30
第4回 ／	テーピングの理論 ・テーピングの目的について（予防、再発防止、応急処置） コメントシート・受講態度を評価	講義 コメントシート	・テーピングの適応と目的について学修しておく。	30
第5回 ／	テーピング実習（1） ①可動域を制限したテーピングの技術 ②テーピングの基本「アンカー」と「サポート」 実技・コメントシート・受講態度を評価	実習（グループにて実習） コメントシート	・実技テストに向け、練習しておく。	60
第6回 ／	テーピング実習（2） ・足部、足関節 基礎 実技・コメントシート・受講態度を評価	実習（グループにて実習） コメントシート	・実技テストに向け、練習しておく。	60
第7回 ／	テーピング実習（3） ・足部、足関節 応用 実技テスト・受講態度を評価	実習 コメントシート 実技テスト	・実技テストに向け、練習しておく。	60
第8回 ／	蘇生法の基礎知識と実際 ①蘇生法の基礎知識 ②意識不明、呼吸停止、心肺停止の処置方法 コメントシート・受講態度を評価	講義形式 コメントシート	・心肺蘇生法基礎知識を学修しておく。	60
第9回 ／	蘇生法の実習（1） - 実際にモデル(人形)を使つての実習 - 実技、心肺蘇生法効果確認シート・受講態度を評価	実習（グループにて実習） 心肺蘇生法効果確認シート	・心肺蘇生法実技に向けた学修をしておく。	60
第10回 ／	蘇生法の実習（2） - 実際にモデル(人形)を使つての実習 - 実技、心肺蘇生法効果確認シート・受講態度を評価	実習（グループにて実習） 心肺蘇生法効果確認シート	・実技での課題を発見し解決策を考える。	60
第11回 ／	蘇生法と止血処置方法 ・直接圧迫止血法、間接圧迫止血法、止血帯を利用した止血法 実技、心肺蘇生法効果確認シート・受講態度を評価	実習（個別） コメントシート	・三角巾の使い方および止血法について学修しておく。	60
第12回 ／	蘇生法と搬送方法 ・場面に応じた処置と包帯、実際を想定した搬送方法 講義、実技、コメントシート・受講態度を評価	実習（グループにて実習） コメントシート	・搬送法を学修しておく。	60
第13回 ／	一次救命処置のシミュレーション実習（1） - 実際にモデル(人形)を使つての実習 - 実技、コメントシート・受講態度を評価	実習（個別の効果測定） コメントシート	・実技の総復習	60
第14回 ／	一次救命処置のシミュレーション実習（2） - 実際にモデル(人形)を使つての実習 - 実技、コメントシート・受講態度を評価	実習（個別の効果測定） コメントシート	・実技の総復習	60
第15回 ／	まとめ	講義形式 実習 実技再テスト	・実技の復習 ・救急処置の必要性をまとめる。	60

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めて決めた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 教科に関する専門的事項 学校保健（小児保健、精神保健、学校安全及び救急処置を含む。）	学校保健 Introduction of School Health	2単位	必修	講義	3年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	<p>21世紀に、入って子どもや学校を取り巻く社会の健康問題は、生活習慣病、感染症、少子化、養育問題、環境問題など、その対策が急務な課題が山積している。学校における保健活動は、次世代を担う子ども達に明るい未来の夢を託して、大いなる努力が必要である。特に、近年は感染症や環境問題が、将来を担う子ども達の健康問題として注目されている。そこで、社会の実態や変化に対応した学校保健の充実・発展を担う学校保健関係者の使命は重要である。</p> <p>本講義の目的は、子どもの健康実態、健康科学の進歩、社会情勢の変化などに即して学校保健に携わる教員の養成及び学校現場での保健管理・保健教育の専門性や独創性を生かした学校保健の実現とより良い学校保健の在り方についての的確に判断できる能力の修得である。</p>					
--------	---	--	--	--	--	--

キーワード	健康教育・安全教育・感染症対策 発育発達・生活習慣・環境問題	学修教育目標	教員の立場で現代の子ども達を取り巻く健康問題を理解するとともに、効果的な保健学習や保健指導法についての知識や行動様式が指導できる。 学校が家庭や地域社会とどのような連携を保ちながら子供たちの安全を確保することについて説明できる。
-------	-----------------------------------	--------	---

授業科目の概要及び学修上の助言

現行の学校体育や運動指導は、年齢や身長増加に基づく発育段階との関係で働きかける体力要素をもとに立案されている。しかし、近年の子ども達の発育様式は多様化し、子ども達の生活環境も大きく変化し、体力・運動能力も低下傾向にある。一方、子ども達の悪しき生活習慣から、将来的な健康生活の確立に解決すべき課題も山積している。健康指導の学習効果を高めるには、自己のこれまでの経験則に頼ることなく、最新の情報を基盤とした科学的なエビデンスを知識として活用することで、子ども達の健康増進や安全かつ健全な発育・発達に寄与できる指導ができる知識や能力を積極的に学修することが大切である。

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

学校保健領域における健康教育は、発育発達期の子ども達の健康増進と体力・運動能力向上に必要な知識として位置づけられており、発育発達学や小児スポーツ医学をはじめ、運動生理学や病理学、精神衛生学、公衆衛生学、環境学など広範な知識が根底にあり、それぞれの基礎的知識を事前に有することで、より学習内容が理解できる。

教科書	参考書・リザーブブック
学校保健必携より基本事項を抜粋し、毎時プリントを配布します。	書名：学校保健・学校安全法令必携（第8次改訂） 著者名：学校健康教育法令研究会 出版社：㈱ぎょうせい

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	事故防止や障害予防の観点から、安全かつ効果的な安全教育に関する知識を有する。	◎
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	個々人の発育発達段階の特性を理解し、適切な働きかけができる能力を獲得する。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	発達障害児も含めた子ども達の行動特性を理解し、適切なアドバイスができるようになる。	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	医科学問題や環境問題に関心が高まり、思慮ある言動や行動に留意するようになる。	◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	発達段階のそれぞれの時期の課題を見つけ、応じた適切な健康教育の指導力が高まる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一步前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	健康の維持増進を目指した安全かつ効果的な身体活動を指導することができる。	○
	② 働きかけ力	健康の重要性を理解させる健康教育を推進することができる。	◎
	③ 実行力	具体的な健康増進プログラムや栄養メニューを作成し、健全な発育発達を促す保健指導ができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	個々の生活習慣を見直せる保健指導を通して、適切な健康評価や健康アドバイスができる。	◎
	② 計画力	スポーツ事故の予知・回避・予防できる計画性のある保健指導計画が作成できる。	◎
	③ 創造力	健康を科学的見地から考察し、医療システムとスポーツ科学システムが有効に活用できる。	○
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	最新の健康情報やスポーツ医・科学の知見を活かした健康指導をすることができる。	◎
	② 傾聴力	過去の経験則にとらわれることなく、数多くの知識や技術を互いに獲得することができる。	○
	③ 柔軟性	個々人のレベルに応じた健康教育を共有することで、高い満足感を得ることができる。	◎
	④ 状況把握力	自己のライフスタイルを健康なものに改善し、質の高い生活実践をすすめることができる。	◎
	⑤ 規律性	知識や価値および規範を学習し、社会生活における行動様式を改革、発展させることができる。	◎
	⑥ ストレスコントロール力	個々人がセルフレギュレーションを確立し、自らの行動をコントロールすることで達成できる。	△
4. 倫理観	① 倫理性	利益相反のない円満な対人関係を通して、自らを律し、何事も前向きに捉えることができる。	◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50	30	10				10	100
評価 の 指 標	知識に関する評価		30	15	5					50
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		10	10					10	30
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価		10	5	5					20
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<ul style="list-style-type: none"> <li>健康体をゼロとすると、病気や障害でマイナス領域にある子ども達の心と身体を支援し、プラス領域にある健康で体力・運動能力の高い子ども達をさらに高くする。</li> <li>適切なライフスタイルの構築を目指した安全かつ有効な健康プログラムを推進することができる。</li> <li>将来の自然災害時や環境問題に適切な行動ができるようになる。</li> </ul>					<ul style="list-style-type: none"> <li>日々の健康観察や身体変化を評価できる知識や能力を獲得し、健全な発育発達を促進させるとともに、健全な発育発達に寄与できる適切な健康指導ができる。</li> <li>感染症対策や環境問題に積極的に取り組むことができる。</li> </ul>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	学校保健の目的とその意義 ①健康の考え方、学校保健の目的とその根拠 ②学校保健の歴史と行政、制度の変遷	法令を含めた健康教育の変遷について、配布資料を通読して、P.Pを中心とした講義を展開する。	健康教育の歴史と制度の変遷（復習）	20
	小テスト			
第2回 /	保健学習の課題とその評価 ①学習指導要領に基づく保健学習 ②保健学習担当教員としての力量形成	健康教育の変遷を通して、健康増進の必要性について、P.Pを中心とした講義を展開する。	健康増進の意義とその重要性（復習）	20
	小テスト			
第3回 /	学校における保健指導の位置づけ ①学校における保健指導の様々な機会 ②特別活動における保健指導	課外活動を含めた健康指導の問題点について、P.Pを中心とした講義を展開する。	運動指導や課外活動における健康指導（復習） 性に関する諸問題（予習）	20 30
	小テスト			
第4回 /	児童・生徒の発育発達 ①発育発達の実態と体力の現状と課題 ②健康づくりと体力づくりの課題	臨牀的側面から子ども達の発育発達に関する諸問題を理解できるよう講義を展開する。	肥満・痩せの現状と体型認識（復習） 健康づくりと体力づくりの実際（復習） 青少年の喫煙、飲酒、薬物乱用問題（予習）	20 30
	小テスト			
第5回 /	喫煙、飲酒、薬物乱用防止教育の必要性 ①健康への影響と防止対策	青少年の危険行動の現状を通して具体的な防止教育についてディスカッションを展開する。	青少年の薬物乱用問題の健康への影響（復習） レポートI提出準備	20 30
	小テスト			
第6回 /	児童・生徒の健康把握とその評価 ①健康観察や健康診断の目的とその意義 ②健康評価と健康情報の活用	子ども達の健康問題を配布資料やP.Pを通して講義を展開する。	現在の子どもの生活習慣の現状（復習） 子ども達の体力の現状（予習）	20 30
	小テスト・レポート提出I			
第7回 /	保健学習における性教育の必要性 ①性教育の実践の在り方として共通理解を図るために	性に関する諸問題を共通認識し、性教育に関するディスカッションを含めた講義を展開する。	性教育の現状と課題（復習） 感染症の現状と問題点（予習）	20 30
	小テスト			
第8回 /	健康障害や感染症の種類とその予防対策 ①児童・生徒にみられる疾病異常 ②学校における感染症の予防とその対応	環境問題を含めた様々な健康問題を通して、予防教育の必要性が理解できるようP.Pや板書により講義を展開する。	最近の感染症の現状とその予防（復習）	20
	小テスト			
第9回 /	精神的健康に関わる諸問題とその対応 ①不登校・いじめの実態とその対応 ②精神的健康を維持するための基本的姿勢	非行や行動異常を含めた学校現場における精神的健康に関する諸問題を理解できるようP.Pや板書による講義を展開する。	精神面の健康障害者への指導と対応（復習）	20
	小テスト			
第10回 /	特別支援教育の現状と新しい概念 ①発達障害の種類と健康上の支援	発達障害児を含めた特別支援教育の必要性が認識できるよう、配布資料、P.P、板書により講義を展開する。	発達障害児の健康増進とその対応（復習） レポートII提出準備	20 30
	小テスト			
第11回 /	学校環境衛生の重要性とその課題 ①学校環境の考え方と環境衛生管理の実際 ②学校保健安全法と学校環境衛生基準	公衆衛生的な視点から、環境問題について理解できるよう、P.Pや板書により講義を展開する。	環境衛生基準の理解と留意点（復習） 学校管理下の事故やスポーツ障害の実態（予習）	20 30
	小テスト			
第12回 /	学校管理下の事故・災害・犯罪の発生要因とその防止 ①事故・災害・犯罪被害の発生機序とその防止対策 ②急病の種類と応急手当の方法、心肺蘇生法	安全教育の重要性を理解し、事故発生に対応できる資質が向上できるよう、配布資料やP.Pにより講義を展開する。	安全教育の必要性と留意点（復習） 身体活動時の応急処置の理解と実践（復習）	20 20
	小テスト・レポート提出II			
第13回 /	学校給食と食育の推進 ①児童・生徒の食をめぐる現代的課題 ②学校における食育	スポーツ栄養学的側面から栄養指導の必要性が理解できるよう、P.Pを中心とした講義を展開する。	栄養指導の必要性と健全な食習慣の推進（復習）	20
	小テスト			
第14回 /	応急処置の重要性とその実態 ①学校現場における救命救急の実際 ②心肺蘇生法の理解と技術	学校現場における事故発生に実態と救命救急法が理解できるよう本講義を総括する。	救命救急法の実際と方法の理解（復習） 健康教育の必要性とその意義（予習）	20
	小テスト			
第15回 /	健康教育の推進と保健学習の実践 ①研究課題の設定と独創的な健康教育の推進に向けて	21世紀型の子どもの基本的な生活習慣の構築を視座にした健康教育の役割が理解できるよう本講義を総括する。	将来を見据えた健康教育と環境問題との関連（復習） 資料整理および定期考査準備（予習）	20 60
	小テスト			

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めた時間を取りよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。



学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 各教科の指導法（情報機器及び教材の活用を含む。）	保健体育科教育法Ⅰ Teaching Method for Health and Physical Education Ⅰ	2単位	必修	講義	2年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	わが国における体育授業の変遷に触れ、体育科の目的、内容、方法について理解するとともに、学習指導要領の理解を深め、生徒に応じた適切な指導をするために必要な基礎的知識について体得することを目的とする。
--------	--

キーワード	保健体育科の目標、内容、方法 学習指導理論	学修教育目標	保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解し、学習指導要領に示された学習内容について背景となる学問領域と関連させ、理解を深めるとともに、様々な学習指導理論を踏まえて、具体的な授業場面を想定した授業設計を行う方法を身に付ける。
-------	--------------------------	--------	---

授業科目の概要及び学修上の助言

<ol style="list-style-type: none"> <li>保健体育科の理念の変遷と学習指導要領の目標、内容、方法及び生徒の発達課題について理解する。</li> <li>各領域における内容と指導上の留意点を理解する。</li> <li>指導案の作成の留意点と作成の手順を理解する。</li> <li>保健体育科教諭を目指す学生としての心構え・姿勢など望ましい態度を養う。</li> </ol>
---

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

運動生理学、教育学、スポーツ科学との関連 運動種目の特性と指導方法との関連、生徒の成長発達の基礎知識
---

教科書	参考書・リザーブドブック
書名：『中学校学習指導要領解説 保健体育編（最新版）』 著者名：文部科学省 出版社：東山書房 書名：『高等学校学習指導要領解説 保健体育編 体育編（最新版）』 著者名：文部科学省 出版社：東山書房 書名：『教職を目指す学生必携 保健体育科教育法』 著者名：杉山重利、高橋健夫、園山和夫 出版社：大修館書店 【テキストは、保健体育科教育法Ⅱと共通】	書名：『新版 体育科教育学入門』 著者名：高橋健夫、岡出美則、友添秀則、岩田靖 出版社：大修館書店 書名：『めざそう！保健体育教師』 著者名：杉山重利、佐藤豊、園山和夫 出版社：朝日出版社

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	保健体育科教育法の基盤となる健康・スポーツに関する基礎知識を理解する。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	健康・スポーツに関する実技実践力の基盤となる指導方法を理解する。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	対人的コミュニケーションスキルの基礎を理解する	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	保健体育科教諭としての使命感、安全確保などの責任感、並びに個人情報や特別な支援を有する子への合理的配慮などの倫理観を身に付ける。	◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	保健体育科教育法の知識や技能を実習などの教育現場において計画的に活用することができる。	○

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	自らの意思で積極的に学修を進めることができる。	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	目的を設定し問題が解決するまで取り組むことができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにすることができる。	○
	② 計画力	課題の解決に向けた具体的・実践的な方法を明らかにすることができる。	◎
	③ 創造力		
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見をわかりやすく他者に伝えることができる。	○
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性	自らの考えに囚われることなく意見の違いや立場の違いを理解することができる。	◎
	④ 状況把握力	自分と周囲の人々や物事との状況や関係性を理解し、最適な行動をすることができる。	○
	⑤ 規律性		
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	相手や周囲に対し道徳的に行動することができる。	○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50		40				10	100
評価 の 指 標	知識に関する評価		50		20					70
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価				20					20
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価								10	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
1. 講義内容を配布のレジメにまとめる。さらに自分のコメントを書き込める。 2. 調べ学習では積極的に行動する。さらに調べたことを発表することができる。					1. 講義内容を配布のレジメにまとめる。 2. 調べ学習では積極的に行動する。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション －体育教師の資質と役割	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第2回 /	保健体育科の領域と役割 －保健体育科教育学とは何か －保健体育科授業を取り巻く制度的条件	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第3回 /	保健体育科の歴史 －保健体育科の成立と変遷 (身体教育、身体活動を通しての教育、運動の中の教育)	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第4回 /	体育の目標 －学校教育の目標と保健体育科の目標との関連 －学習指導要領における目標について	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第5回 /	体育の内容 －戦後の内容領域編成の変遷 －学習指導要領における内容について	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第6回 /	体育科の教材・教具論と教材研究と情報機器の活用法 －「よい教材」とは何か？ －教材づくりの過程と内容的・方法的視点と情報機器の活用	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第7回 /	体育科の学習指導論 －直接的指導と間接的指導 －指導スタイルの連続体モデル	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第8回 /	体育科の学習形態論 －一斉学習、班別学習、グループ学習、個別学習、対話的学習	講義法と調べ学習	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と協働学習の観察			
第9回 /	体育科の学習過程論 －系統学習、プログラム学習 －スパイラル型、ステージ型の学習過程 －学習段階での指導	講義法と調べ学習	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と協働学習の観察			
第10回 /	体育科の指導技術論 －教授方略、教授方術 －教授技術（マネジメント技術、相互作用技術、認知特性）	講義法	資料の収集と整理	30
第11回 /	体育科の学習評価 －評価の目的と内容について －評価の観点について	講義法と調べ学習	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と協働学習の観察			
第12回 /	指導計画案の作成① －年間指導計画案の考え方	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第13回 /	指導計画案の作成② －単元計画の考え方、合理的配慮	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第14回 /	指導計画案の作成③ －単位時間計画（指導案）の考え方	講義法	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			
第15回 /	まとめ ー全体の確認と振り返りー	講義法と調べ学習	資料の収集と整理	30
	ノートの点検と観察			

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 各教科の指導法（情報機器及び教材の活用を含む。）	保健体育科教育法Ⅱ Teaching Method for Health and Physical Education Ⅱ	2単位	必修	講義	2年次	秋学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	わが国における体育授業の変遷に触れ、体育科の目的、内容、方法について理解するとともに、学習指導要領の理解を深め、生徒に応じた適切な指導をするために必要な基礎的知識について体得することを目的とする。
--------	--

キーワード	各領域の内容、指導計画 学習指導要領	学修教育目標	保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解し、学習指導要領に示された学習内容について背景となる学問領域と関連させ、理解を深めるとともに、様々な学習指導理論を踏まえて、具体的な授業場面を想定した授業設計を行う方法を身に付ける。
-------	-----------------------	--------	---

授業科目の概要及び学修上の助言

1. 学習指導要領に示す各領域の目標、内容、方法及び生徒の発達課題について理解する。
2. 各領域における内容と指導上の留意点を理解する。
3. 指導案の作成の留意点と作成の手順を理解する。
4. 保健体育科教諭を目指す学生としての心構え・姿勢など望ましい態度を養う。

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

保健体育科教育法Ⅰとの関連を踏まえ各運動種目の特性と指導方法及び生徒の成長発達の基礎知識

教科書	参考書・リザーブブック
書名：『中学校学習指導要領解説 保健体育編（最新版）』 著者名：文部科学省 出版社：東山書房 書名：『高等学校学習指導要領解説 保健体育編 体育編（最新版）』 著者名：文部科学省 出版社：東山書房 書名：『教職を目指す学生必携 保健体育科教育法』 著者名：杉山重利、高橋健夫、園山和夫 出版社：大修館書店 【テキストは、保健体育科教育法Ⅰと共通】	書名：『新版 体育科教育学入門』 著者名：高橋健夫、岡出美則、友添秀則、岩田靖 出版社：大修館書店 書名：『めざそう！保健体育教師』 著者名：杉山重利、佐藤豊、園山和夫 出版社：朝日出版社

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	保健体育科教育法Ⅱの基盤となる健康・スポーツに関する指導における専門知識を理解する。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	健康・スポーツに関する各種目における実技実践力の基盤となる指導方法を理解する。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。	対人的コミュニケーションスキルにおける合理的配慮についての基礎を理解する	◎
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	保健体育科教諭としての使命感、安全確保などの責任感、並びに個人情報や特別な支援を有する子への合理的配慮などの倫理観を身に付ける。	◎
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	保健体育科教育法の知識や技能を実習などの教育現場において計画的に活用することができる。	◎

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	自らの意思で積極的に学修を進めることができる。	◎
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	目的を設定し問題が解決するまで取り組むことができる。	◎
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	現状を分析し目的や課題を明らかにすることができる。	○
	② 計画力	課題の解決に向けた具体的・実践的な方法を明らかにすることができる。	◎
	③ 創造力		
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見をわかりやすく他者に伝えることができる。	○
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性	自らの考えに囚われることなく意見の違いや立場の違いを理解することができる。	○
	④ 状況把握力	自分と周囲の人々や物事との状況や関係性を理解し、最適な行動をすることができる。	◎
	⑤ 規律性		
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	相手や周囲に対し道徳的に行動することができる。	◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50		40				10	100
評価 の 指 標	知識に関する評価		50		20					70
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価				20					20
	チームワークに関する評価									
	関心・意欲に関する評価								10	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
1. 講義内容を配布のレジメにまとめる。さらに自分のコメントを書き込める。 2. 調べ学習では積極的に行動する。さらに調べたことを発表することができる。					1. 講義内容を配布のレジメにまとめる。 2. 調べ学習では積極的に行動する。					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション - 学習指導要領（保健体育科）の「生きる力」の視点からの目標と内容について	講義法	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第2回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （1）- 各運動領域の運動の特性、考え方について - 学習指導のポイントについて 体づくり運動	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第3回 /	体育分野の教材研究、と多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （2） - 学習指導のポイントについて 器械運動	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第4回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （3） - 学習指導のポイントについて 陸上競技	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第5回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （4） - 学習指導のポイントについて 水泳	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第6回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （5） - 学習指導のポイントについて 球技	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第7回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （6） - 学習指導のポイントについて 武道1（基本動作）	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第8回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （7） - 学習指導のポイントについて 武道2（基本となる技）	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第9回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （8） - 学習指導のポイントについて ダンス	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第10回 /	体育分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （9） - 学習指導のポイントについて 体育理論	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第11回 /	保健分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （1） - 学習指導のポイントについて（健康な生活と疾病の予防と心身の機能の発達と心の健康）	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第12回 /	保健分野の教材研究、多様性を踏まえた合理的配慮のある指導案の作成 （2） - 学習指導のポイントについて（傷害の防止と健康と環境）	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第13回 /	模擬授業と事後の研究協議（1） - 体育分野の中から選択	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第14回 /	模擬授業と事後の研究協議（2） - 保健分野の中から選択	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			
第15回 /	まとめ - 全体の確認と振り返り-	講義と協働学習	資料の収集と整理	30
	ノート点検と観察			

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 各教科の指導法（情報機器及び教材の活用を含む。）	保健体育科教育法Ⅲ Teaching Method for Health and Physical Education Ⅲ	2単位	必修	講義	3年次	春学期

授業科目の学修教育目的・目標

学修教育目的	・教育実習ならび授業での実践を見据えて、保健体育科教育の理論をもとに「保健における学習指導案」の作成と模擬授業を行なうことを目的とする。					
--------	--	--	--	--	--	--

キーワード	保健体育科学習指導案 学修目標に対する指導と評価 教材研究	学修教育目標	保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解し、学習指導要領に示された学習内容について背景となる学問領域と関連させ、理解を深めるとともに、様々な学習指導理論を踏まえて、具体的な授業場面を想定した授業設計を行う方法を身につける。			
-------	-------------------------------------	--------	---	--	--	--

授業科目の概要及び学修上の助言

・受講者の「学習指導案」作成とそれに基づいた模擬授業、および受講者全員参加の質疑応答で進める。 ・保健体育科の教員免許を真剣に取得したい学生が受講すること。						
---	--	--	--	--	--	--

他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能

特に保健体育科教育法Ⅰ・Ⅱ・Ⅳ、学校体育指導法ほか教員免許状取得に関わる授業すべて						
---	--	--	--	--	--	--

教科書			参考書・リザーブドブック			
書名：中学校学習指導要領解説 保健体育編 著者名：文部科学省 出版社：東山書房 書名：高等学校学習指導要領解説 保健体育編 著者名：文部科学省 出版社：東山書房			なし			

No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）	
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	学習指導要領に基づいた単元目標を設定できる。	○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	単元目標に基づき、単元計画や本時のねらいを設定し、学習指導案を作成できる。	◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。		
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	教師にふさわしい言動で対応することができる。	○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。		

授業科目における社会人基礎力の育成目標

分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）	
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	不明確な点や授業内に生じた課題を、主体的に解決することができる。	○
	② 働きかけ力		
	③ 実行力	学修内容を理解・定着すべく、予習・復習を行うことができる。	○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自らあるいは他者が実施する模擬授業の問題点を考察し、改善点を提案できる。	◎
	② 計画力		
	③ 創造力	これまでに得た知識を複合し、効果的な指導内容を発案することができる。	◎
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自らの意見・考えを合理的に説明することができる。	○
	② 傾聴力		
	③ 柔軟性		
	④ 状況把握力	他者とともに、より効果的な指導内容を検討する。	○
	⑤ 規律性		
	⑥ ストレスコントロール力		
4. 倫理観	① 倫理性	TP0に応じた言動で適切なコミュニケーションを図ることができる。	◎

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常の状況で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50		20	20			10	100
評価 の 指標	知識に関する評価		40		20	10				70
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		10							10
	チームワークに関する評価					10				10
	関心・意欲に関する評価								10	10
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<ul style="list-style-type: none"> <li>保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解している。</li> <li>学習指導要領に示された学習内容について理解している。</li> <li>様々な学習指導理論を踏まえ、具体的な授業設計を行うことができる。</li> </ul> <p>上記項目に対する総合的な理解度が、80%以上であると判断できる。</p>					<ul style="list-style-type: none"> <li>保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解している。</li> <li>学習指導要領に示された学習内容について理解している。</li> <li>様々な学習指導理論を踏まえ、具体的な授業設計を行うことができる。</li> </ul> <p>上記項目に対する総合的な理解度が、60～79%であると判断できる。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。



**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション 保健体育の意義	講義	復習：保健体育科の授業の意義を復習する。 予習：心身の機能の発達と心の健康・健康と環境について予習する。	60
第2回 /	保健分野 [I] 心身の機能の発達と心の健康・健康と環境	講義	復習：心身の機能の発達と心の健康・健康と環境について復習する。 予習：傷害の防止・健康な生活と疾病の予防について予習する。	60
第3回 /	保健分野 [II] 傷害の防止・健康な生活と疾病の予防	講義	復習：傷害の防止・健康な生活と疾病の予防について復習する。 予習：現代社会と健康について予習する。	60
第4回 /	保健分野 [III] 現代社会と健康	講義	復習：現代社会と健康について復習する。 予習：生涯を通じる健康・社会生活と健康について予習する。	60
第5回 /	保健分野 [IV] 生涯を通じる健康・社会生活と健康	講義	復習：生涯を通じる健康・社会生活と健康について復習する。 予習：学習指導案の執筆方法について予習する。	60
第6回 /	学習指導案の意義、作成法 目的、指導案作成手順	講義	復習：学習指導案の目的および作成方法について復習する。 予習：模擬授業実施に向けた教材研究を行う。	60
第7回 /	学習指導案の作成 指定された内容に即した模擬授業用の指導案の作成	講義	復習：学習指導案の作成方法について復習する。 予習：模擬授業実施に向けた教材研究を行う。	60
第8回	模擬授業1（心身の機能と発達） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第9回	模擬授業2（心の健康・健康と環境） 指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第10回	模擬授業3（障害の防止・健康な生活） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第11回	模擬授業4（疾病の予防） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第12回	模擬授業5（現代社会と健康） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第13回 /	模擬授業6（生涯を通じる健康・社会生活と健康） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第14回 /	模擬授業7（その他） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義、演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第15回 /	指導案提出・講評とまとめ	講義	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。	60

TGU e-Learningシステム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに定めて決めた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。

学びの道標（みちしるべ）（学修支援計画書）

授業科目区分	授業科目名（下段:英名表記）	単位	必選区分	授業方法	該当年次	開講期
教科及び教科の指導法に関する科目 各教科の指導法（情報機器及び教材の活用を含む。）	保健体育科教育法Ⅳ Teaching Method for Health and Physical Education Ⅳ	2単位	必修	講義	3年次	秋学期
<b>授業科目の学修教育目的・目標</b>						
<b>学修教育目的</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教育職員免許法施行規定に定められた「教職に関する科目」の「教科及び教科の指導法に関する科目」に対応する教職課程の選択科目である。</li> <li>・教育実習ならびに授業での実践を見据えて、保健体育科教育の理論を理解させ、「体育実技における学習指導案」の作成と模擬授業を行なうことを目的とする。</li> </ul>					
<b>キーワード</b>	保健体育科学習指導案 学修目標に対する指導と評価 教材研究	<b>学修教育目標</b>	保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解し、学習指導要領に示された学習内容について背景となる学問領域と関連させ、理解を深めるとともに、様々な学習指導理論を踏まえて、具体的な授業場面を想定した授業設計を行う方法を身につける。			
<b>授業科目の概要及び学修上の助言</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>・受講者の保健体育の実技における「学習指導案」作成とそれに基づいた模擬授業、および受講者全員参加の質疑応答で進める。</li> <li>・適宜、レポートを課す。</li> <li>・保健体育科の教員免許を真剣に取得したい学生が受講すること。</li> </ul>						
<b>他の科目との関連及び履修に必要な予備知識や技能</b>						
特に保健体育教科教育法Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ、学校体育指導法ほか教員免許状取得に関わる授業すべて						
<b>教科書</b>				<b>参考書・リザーブブック</b>		
書名：中学校学習指導要領解説 保健体育編 著者名：文部科学省 出版社：株式会社 東山書房 書名：高等学校学習指導要領解説 保健体育編 著者名：文部科学省 出版社：株式会社 東山書房				なし		
No.	学科教育目標	学生が達成すべき行動目標（※1）				
①	健康・スポーツに関する専門知識を身につける。	学習指導要領に基づいた単元目標を設定できる。				○
②	健康・スポーツに関する実技実践力を身につける。	単元目標に基づき、単元計画や本時のねらいを設定し、学習指導案を作成できる。				◎
③	リーダーシップやコミュニケーションスキルを身につける。					
④	社会の一員として必要な倫理観や規律性を持ち、適切に振舞うことができる。	時間や指示を厳守し、積極的に知識の習得に取り組むことができる。				○
⑤	学修成果を総合的に活用し、計画的に課題解決のために取り組むことができる。	自分の課題解決のために積極的に取り組むことができる。				△
<b>授業科目における社会人基礎力の育成目標</b>						
分類(4つの力)	能力要素(13の要素)	授業科目における育成目標（※2）				
1. 一歩前に踏み出す力 (アクション)	① 主体性	不明確な点や授業内に生じた課題を、主体的に解決することができる。				○
	② 働きかけ力	目標達成に向けた働きかけをすることができる。				○
	③ 実行力	自分に必要な知識を定着させることができる。				○
2. あきらめず考え抜く力 (シンキング)	① 課題発見力	自分を客観的に観察し現状を把握する中で、適切な課題を発見し、改善することができる。				◎
	② 計画力	課題解決に向けて、計画を立てて準備することができる。				○
	③ 創造力	これまでに得た知識を複合し、効果的な指導内容を発案することができる。				◎
3. チームで協力し合う力 (チームワーク)	① 発信力	自分の意見・考え方を的確に伝えることができる。				○
	② 傾聴力	他者との話し合いの場面において、相手が話しやすい環境を作り相手の意見を引き出すことができる。				○
	③ 柔軟性	自分の意見を持ちながら、相手の意見や立場の違いを理解して対応することができる。				○
	④ 状況把握力	他者とともに、より効果的な指導内容を検討する。				○
	⑤ 規律性	最低限守らなければならないルールや約束事・マナーを理解している。				◎
	⑥ ストレスコントロール力	ストレスに対し、自己成長を促す機会と捉え、適切な対処方法を理解して行動することができる。				○
4. 倫理観	① 倫理性	相手の立場に立って行動することができる。				○

※1 ◎:授業内で重点的に取り扱い、特に高い学修成果が期待される ○:授業内で取り扱い、高い学修成果が期待される △:授業内で取り扱い、学修成果が期待される

※2 ◎:効果的に発揮できる力が身に付く ○:通常で発揮する力が身に付く △:身に付くことが期待できる能力

達成度評価										
指標と評価割合		評価方法	試験	小テスト	レポート	成果発表 (口頭・実技)	作品 (成果物)	ポート フォリオ	その他 (コメント等)	合計
総合評価割合			50		10	30			10	100
評価 の 指標	知識に関する評価		40		5	10				55
	技能に関する評価									
	応用力に関する評価		10			10				20
	チームワークに関する評価					10				10
	関心・意欲に関する評価				5				10	15
具体的な達成の目安										
理想的な達成レベルの目安					標準的な達成レベルの目安					
<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解している。</li> <li>・学習指導要領に示された学習内容について理解している。</li> <li>・様々な学習指導理論を踏まえ、具体的な授業設計を行うことができる。</li> </ul> <p>上記項目に対する総合的な理解度が、80%以上であると判断できる。</p>					<ul style="list-style-type: none"> <li>・保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を理解している。</li> <li>・学習指導要領に示された学習内容について理解している。</li> <li>・様々な学習指導理論を踏まえ、具体的な授業設計を行うことができる。</li> </ul> <p>上記項目に対する総合的な理解度が、60～79%であると判断できる。</p>					

※評価の指標で示す数値内訳は、おおよその目安を示したものです。

**授業計画表**

回数/日付	学修内容（上段）・授業内評価（下段）	授業の運営方法	TGU e-Learning システム等による学修	
			学修課題（予習・復習）	時間(分)
第1回 /	オリエンテーション 保健体育の意義	講義	復習：授業内容に関する小レポート	30
第2回 /	よりよい体育授業を目指して 教材研究のポイント・指導案の作成	講義	予習：前回の復習 復習：授業内容に関する小レポート	60
第3回 /	体育実技における指導者の役割 服装、姿勢、立ち位置、発声、示範	講義・演習	予習：前回の復習 復習：授業内容に関する小レポート	60
第4回 /	模擬授業（体育分野） 4回～14回までは、受講者各自が作成した指導案に基づき、模擬授業を実施する。（グラウンドまたは体育館で実施する。）	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第5回 /	模擬授業1（体育分野：体づくり運動） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第6回 /	模擬授業2（体育分野：器械運動） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第7回 /	模擬授業3（体育分野：球技・ゴール型①） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第8回 /	模擬授業4（体育分野：球技・ゴール型②） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第9回 /	模擬授業5（体育分野：球技・ゴール型③） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第10回 /	模擬授業6（体育分野：球技・ネット型①） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第11回 /	模擬授業7（体育分野：球技・ネット型②） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第12回 /	模擬授業8（体育分野：球技・ベースボール型） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第13回 /	模擬授業9（体育分野：陸上競技・短距離走、リレー） 作成した指導案に基づき、授業の実施	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第14回 /	模擬授業10（体育分野：ダンス） 作成した指導案に基づき、授業の実施 指導案提出・講評とまとめ	講義・演習	復習：模擬授業を振り返り、改善点を整理する。 予習：具体的な改善策を検討し、まとめる。	60
第15回 /	指導案提出・講評とまとめ	講義	復習：保健体育科における教育目標、育成を目指す資質・能力を整理するとともに、学習指導に必要な計画の立案方法を復習する。	60

TGU e-Learning システム等による学修は、学修課題（予習・復習）に対して標準的に要する時間を記載しています。これに日々の自学・自習時間を合わせて、授業時間外の学修として授業ごとに応じて決められた時間を取るよう努めてください。詳しくは教員の指導に従ってください。